GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

NORMAS DE HIGIENE
DEL SERVICIO DE DIETOLOGÍA

Director General de Servicios Médicos y Urgencias

Dr. José Alejandro Avalos Bracho

JUNIO 2022

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

CONTENIDO

1. INTRODUCCIÓN **4**

2.- MARCO JURÍDICO DE ACTUACIÓN **5**

3.- OBJETIVO DEL DOCUMENTO **8**

4.- DISPOSICIONES TÉCNICAS REALTIVAS A LA CALIDAD E HIGIENE **9**

4.1 Instalaciones Físicas 9

4.2 Instalaciones Sanitarias 9

5.- NORMAS DE HIGIENE PARA EL PERSONAL DEL SERVICIO DE DIETOLOGÍA **10**

5.1 Examen Médico al Personal 10

5.2 Estudios para el perfil sanitario de los manejadores de alimentos 10

5.3 Técnicas de Lavado de Manos 11

6. NORMAS DE HIGIENE EN LAS ÁREAS DE TRABAJO **13**

6.1 Limpieza de las Áreas de Trabajo 13

6.2. Control de la Fauna Nociva 14

7.-NORMAS DE HIGIENE PARA EQUIPO, LOZA Y UTENSILIOS **19**

7.1 Limpieza y desinfección de equipo y utensilios 19

7.2 Mantenimiento Preventivo 20

8. NORMAS DE HIGIENE PARA ALIMENTOS **22**

8.1. Normas Generales de la recepción 22

8.2 Características Organolépticas para la Aceptación o Rechazo de Alimentos 23

8.3 Almacenamiento y Conservación 28

9. NORMAS DE HIGIENE PARA LA ELABORACIÓN DE DIETAS ESPECIALES **32**

9.1 Por Gastroclisis 32

9.2. Por Vía Oral 32

10. NORMAS DE HIGIENE PARA LA PREPARACIÓN DE FÓRMULAS LÁCTEAS **33**

11. MANEJO DE UTENSILIOS DE DERECHOHABIENTES O USUARIOS CON PADECIMIENTOS INFECTOCONTAGIOSOS **34**

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

12. NORMAS PARA EL MANEJO ADECUADO DE DESECHOS **35**

13. MANEJO DE PRODUCTOS TÓXICOS **36**

14. PROCEDIMIENTO **39**

14.1 Estudios de Análisis Clínicos al Personal del Servicio de Dietología de las Unidades Hospitalarias. 39

14.2 Objetivo General: 39

14.3 Aspectos a Considerar 43

15. INFORMACIÓN GENERAL **48**

15.1 Aspectos de Interés en Relación al Agua 48

15.2. Higienización de Alimentos 49

15.3. Desinfección de Vegetales y Frutas 51

15.4. Higienización de Carnes 56

16 ANEXOS **57**

16.1 "Reglas de Oro" de la OMS para la Preparación Higiénica de los Alimentos 57

16.2 Lo que un líder en la industria de alimentos debe saber 60

16.3 Causas de Contaminación de los alimentos 61

16.4 Factores que favorecen el crecimiento de microorganismos se les conoce como CHATTO 62

16.5 Normas para prevenir las enfermedades provocadas por bacterias, parásitos o virus: 63

16.6 Contaminación 65

16.7 Enfermedad Transmitida Por Alimentos (ETA) 67

16.8 Cinco Claves para la Inocuidad Alimentaria 71

17.- GLOSARIO **73**

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

1. INTRODUCCIÓN

Es común en nuestro país, que, durante la producción, manejo y conservación de los alimentos de consumo humano, se realicen varios procesos, algunos de ellos contaminantes, tales como: sistema de riego uso de pesticidas, contacto con el medio ambiente, el suelo, los insectos, condiciones poco higiénicas del transporte y manos sucias de las personas que los manipulan
Esta diversidad de etapas que siguen los alimentos hasta llegar a ser consumidos por los derechohabientes o usuarios y el personal que tiene derecho a ellos, ha originado que las autoridades de la Secretaría de Salud de la Ciudad de México, hayan dispuesto la elaboración de las normas y lineamientos necesarios para la recepción, almacenamiento, manejo y distribución de los alimentos en el Servicio de Dietología de las unidades hospitalarias, tratando de evitar con ello la transmisión de enfermedades a través de esta vía.

El presente Manual de Normas de Higiene del Servicio de Dietología, pretende establecer las bases generales para el adecuado manejo higiénico de los alimentos que son preparados en el servicio.

Está diseñado para el personal que labora en el Servicio de Dietología, que es el directamente involucrado en el manejo de los alimentos, así como para las autoridades del hospital para su conocimiento, difusión y supervisión del mismo.

Consta de diecisiete capítulos, siendo estos: Introducción, Marco Jurídico de Actuación, Objetivo del Documento, Disposiciones técnicas relativas a la calidad e higiene, Normas de Higiene para el Personal del Servicio de Dietología, Normas de Higiene para Áreas de Trabajo, Normas de Higiene para Equipo, Loza y Utensilios, Normas de Higiene para Alimentos, Normas de Higiene para la Elaboración de Dietas Especiales, Normas de Higiene para la Preparación de Fórmulas Lácteas, Manejo de Utensilios de los Derechohabientes o Usuarios con Padecimientos Infecto Contagiosos, Normas para el Manejo Adecuado de Desechos, Manejo de Productos Tóxicos, Procedimiento Estudios de Análisis Clínicos al Personal del Servicio de Dietología de las Unidades Hospitalarias, Información General, un capítulo de Anexos y finalmente un Glosario.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

2.- MARCO JURÍDICO DE ACTUACIÓN

Principales ordenamientos Jurídico-administrativos en que se sustentan las acciones del Servicio de Dietología, en las Unidades Hospitalarias.

CONSTITUCIÓN

1. Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, publicada en el Diario Oficial de la Federación el 5 de febrero de 1917. Vigente.
2. Constitución Política de la Ciudad de México. Publicada en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México el 5 de febrero de 2017. Vigente.

LEYES

3. Ley General de Salud, publicada en el Diario Oficial de la Federación el 7 de febrero de 1984. Vigente.
4. Ley de Salud de la Ciudad de México, publicada en el Diario Oficial de la Federación el 9 de agosto de 2021. Vigente.
5. Ley Orgánica del Poder Ejecutivo y de la Administración Pública del Distrito Federal, publicada en la Gaceta Oficial del Distrito Federal el 13 de diciembre de 2018. Vigente.
6. Ley Federal de Responsabilidades de los Servidores Públicos, Publicada en el Diario Oficial de la Federación el 31 de diciembre de 1982. Vigente

REGLAMENTOS

7. Reglamento de la Ley general de Salud en Materia de Prestación de Servicios de Atención Médica, publicado en el Diario Oficial de la Federación el 14 de mayo de 1986. Vigente.
8. Reglamento Interior del Poder Ejecutivo y la Administración Pública del Distrito Federal, publicado en la Gaceta Oficial de la Ciudad de México el 13 de diciembre de 2018. Vigente.
9. Reglamento de Insumos para la Salud, publicado en el Diario Oficial de la Federación el 2 de enero de 2008. Vigente.
10. Reglamento Federal de Seguridad Higiene y Medio Ambiente de trabajo. Publicado en el Diario Oficial de la Federación el 26 de noviembre de 2006. Vigente.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

DOCUMENTOS NORMATIVO-ADMINISTRATIVOS

11. Norma Oficial Mexicana NOM-127-SSA1-1994, Salud Ambiental. Agua para uso y consumo humano. Límites permisibles de calidad y tratamientos a que debe someterse el agua para su potabilización. Publicada en el Diario Oficial de la Federación el 18 de enero de 1996. Vigente
12. Norma Oficial Mexicana NOM-005-STPS-1998, Relativa a las condiciones de seguridad e higiene en los centros de trabajo para el manejo, transporte y almacenamiento de sustancias químicas peligrosas, publicada en el Diario Oficial de la Federación el 2 de febrero de 1999. Vigente
13. Norma Oficial Mexicana NOM-087. SEMARNAT-SSA1-2002, Protección ambiental Salud ambiental-Residuos peligrosos, biológico-infecciosos, Clasificación y especificaciones de manejo, publicada en el Diario Oficial de la Federación el .17 de febrero de 2003. Vigente.
14. Norma Oficial Mexicana-NOM-194-SSA1-2004, Productos y Servicios. Especificaciones sanitarias en los establecimientos dedicados al sacrificio y faenado de animales para abasto, almacenamiento, transporte y expendio. Especificaciones sanitarias de productos, publicada en el Diario Oficial de la Federación el 18 de septiembre de 2004. Vigente.
15. Norma Oficial Mexicana NOM-052-SEMARNAT-2005, Que Establece las Características, el Procedimiento de Identificación, Clasificación y los Listados de los Residuos Peligrosos, publicada en el Diario Oficial de la Federación el 23 de junio de 2006. Vigente.
16. Norma Oficial Mexicana NOM-247-SSA1-2008, Productos y servicios. Cereales y sus productos. Cereales, harinas de cereales, sémolas o semolinas. Alimentos a base de: cereales, semillas comestibles, de harinas, sémolas o semolinas o sus mezclas. Productos de panificación. Disposiciones y especificaciones sanitarias y nutrimentales. Métodos de prueba. publicada en el Diario Oficial de la Federación el 27 de julio de 2009. Vigente.
17. Norma Oficial Mexicana NOM-251-SSA1-2009. Prácticas de higiene para el proceso de alimentos, bebidas o suplementos alimenticios, publicada en el Diario Oficial de la Federación el 1° de marzo de 2010. Vigente.
18. Norma Oficial Mexicana– NOM-243-SSA1-2010, Productos y servicios. Leche, fórmula láctea, producto lácteo combinado y derivados lácteos. Disposiciones y especificaciones sanitarias. Métodos de prueba. (contiene dos modificaciones) Publicada en el Diario Oficial de la Federación el 27 de septiembre de 2010. Vigente

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación Sectorial

19. NOM-242-SSA1-2009, Productos y servicios. Productos de la pesca frescos, refrigerados, congelados y procesados. Especificaciones sanitarias y métodos de prueba. Vigente.
    Publicada en el Diario Oficial de la Federación el 10 de febrero de 2011. Vigente.
20. Norma Oficial Mexicana NOM-201-SSA1-2015, Productos y Servicios. Agua y hielo para consumo humano, envasados y a granel. Especificaciones sanitarias. Publicada en el Diario Oficial de la Federación el 22 de diciembre de 2015. Vigente
21. Norma Oficial Mexicana NOM-159-SSA1-2016, Productos y Servicios. Huevo y sus productos. Disposiciones y especificaciones sanitarias. Método de Prueba, publicada en el Diario Oficial de la Federación el 16 de enero de 2018. Vigente.
22. Norma Oficial Mexicana NOM-018-STPS-2015, Sistema armonizado para la identificación y comunicación de peligros y riesgos por sustancias químicas peligrosas en los centros de trabajo Publicada en el Diario Oficial de la Federación el 9 de octubre de 2018. Vigente.
23. Norma Oficial Mexicana-NOM-213-SSA1-2018, Productos y Servicios. Productos cárnicos procesados y los Establecimientos dedicados a su Proceso. Disposiciones y Especificaciones sanitarias Métodos de prueba, publicada en el Diario Oficial de la Federación el 3 abril de 2019. Vigente

3.- OBJETIVO DEL DOCUMENTO

Establecer las normas de seguridad e higiene del Servicio de Dietología en los hospitales de la Secretaria de Salud de la Ciudad de México, para el adecuado manejo, preparación, distribución y conservación de los alimentos, a fin de prevenir, enfermedades que puedan ser transmitidas a través de los alimentos proporcionados a los derechohabientes o usuarios y al personal del hospital con derecho a alimentación.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

4.- DISPOSICIONES TÉCNICAS REALTIVAS A LA CALIDAD E HIGIENE

4.1 Instalaciones Físicas

Las coladeras, canales y trampas de grasa deben estar limpias, sin estancamientos y mantenerse con rejillas y/o tapas en buen estado

4.2 Instalaciones Sanitarias

Se recomienda que los sanitarios; estén situados fuera de las áreas de donde se manejen alimentos y bebidas. Deben mantenerse limpios, lavarse y desinfectarse diariamente, contar con casilleros o un área específica para colocar objetos personales, evitando el almacenamiento o cualquier otra práctica que impliqué cualquier contaminación cruzada.
Además, deben contar con:
Agua corriente, lavabo, jabón antibacterial líquido, papel sanitario, bote para basura provisto de una bolsa de plástico, con tapa oscilante o de pedal o cualquier otro dispositivo o acción que evite contaminación, toallas desechables. Se recomienda que los lavabos y dispensadores de toallas de papel cuenten con dispositivos que eviten la contaminación de las manos. Deben contar con rótulos o ilustraciones donde se haga hincapié en el lavado de manos después del uso de los sanitarios.
Puertas de salida preferentemente picaporte, con cierre automático o con abatimiento hacia el exterior, o sistema de laberinto.
El lavado de los artículos de limpieza se debe realizar en lugares distintos de donde se preparan alimentos.
El área destinada para desechos debe estar provista de depósitos identificados por tipo de desecho tales como orgánico o inorgánico tomando en cuenta la normatividad vigente, en buen estado con tapadera y bolsa de plástico, debe estar limpia, libre de malos olores y separada del área de alimentos

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

5.- NORMAS DE HIGIENE PARA EL PERSONAL DEL SERVICIO DE DIETOLOGÍA

Durante su Estancia en el Servicio de Dietología, el Personal debe:

- Portar el uniforme reglamentario, completo y limpio, que incluya gorro o turbante que cubra totalmente el cabello, calzado blanco cerrado.
- Portar cubre bocas (perfectamente colocado, cubriendo boca y nariz)
- No usar tubos para el pelo
- No usar alhajas en las manos, cuello y pabellones auriculares
- Tener las uñas cortas y sin residuos de esmalte.
- Mantener adecuadas condiciones de aseo personal.
- El personal debe lavarse las manos (conforme a la técnica descrita posteriormente), cuando maneje alimentos crudos (ejemplo: carnes, frutas y verduras).
- Lavarse las manos cuantas veces sea necesario.
- Utilizar para el lavado de las manos, brazos y antebrazos, jabón germicida y un Cepillo en solución desinfectante especifico
- En el caso del personal masculino, presentarse rasurado.
- No se permite fumar, mascar chicle, comer ni beber en las áreas de manejo de alimentos, para no contaminar con saliva o restos de alimentos que pueden salpicar.
- Cuando se proceda a probar la sazón de los alimentos preparados, utilizar para este fin, platos y cubiertos específicos.
- No secarse las manos en el mandil o trapos destinados a la limpieza del área, utilizar toallas desechables (sanitas) o en su defecto un lienzo limpio.

5.1 Examen Médico al Personal

Se deberá realizar un Examen médico y de laboratorio a manejadores de alimentos de acuerdo a la norma emitida por la SSA. Todo manejador de alimentos debe contar con un expediente clínico actualizado el cual será confidencial y manejado por la Titular del Área de Epidemiología y la Responsable del Servicio de Dietología.

5.2 Estudios para el perfil sanitario de los manejadores de alimentos

Con el fin de proteger la salud de los consumidores, el personal manipulador de alimentos deberá realizarse exámenes médicos ocupacionales cada 6 meses que consten de pruebas analíticas para garantizar las óptimas condiciones de salud de cada trabajador.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación para el Desarrollo Sectorial

Análisis clínicos para manejadores de alimentos

Análisis	Finalidad
Coproparasitoscópico	Determinar si el paciente tiene parásitos intestinales.
Exudado faríngeo	Detectar presencia de Staphylococcus aureus.
Reacciones febriles	Diagnosticar enfermedades como fiebre tifoidea, Brucelosis y Rickettsiosis.
Análisis ungueal (cultivo de uñas y manos)	Detectar alguna infección por hongos en uñas.
Coprocultivo	Identificar la bacteria responsable por la alteración gastrointestinal (Salmonella, Campylobacter, Escherichia coli o Shigella.

Si los resultados de los análisis clínicos del manejador de alimentos son positivos el Servicio de Epidemiología prescribirá el tratamiento médico completo de conformidad con el Cuadro Básico y Catalogo Institucional o en su caso referirá al trabajador a su clínica de adscripción de acuerdo a su derechohabiencia. Una vez concluido el tratamiento, se repetirán los estudios.

Nota: en caso de ser portador asintomático crónico de salmonelosis, con hábitos de higiene cuestionables conviene la exclusión de las personas del servicio, el permiso para retomar al trabajo en el caso de manipuladores de alimentos o personas dedicadas a la atención de derechohabientes o usuarios requiere de dos cultivos de heces consecutivas reunidos con una diferencia no menor de 24 hrs que sean negativos a salmonella y con 48 hrs. mínimo de haber suspendido el tratamiento

5.3 Técnicas de Lavado de Manos

Concepto:

Es un procedimiento sencillo y eficaz que nos sirve para evitar la transmisión de gérmenes, y a su vez, es una medida de prevención de infecciones nosocomiales.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

¿Cuándo debemos lavarnos las manos?

- Antes de iniciar actividades de trabajo.
- Antes y después de tener contacto con los derechohabientes o usuarios.
- Después de tener contacto con equipo y mobiliario utilizado con derechohabientes o usuarios.
- Después de cualquier situación que implique contaminación. (por ejemplo, manipular basura, sonarse la nariz, toser, rascarse, saludar de mano, ir al baño, manipular dinero o alimentos crudos, tocar las perillas, puertas o equipo sucio).

Pasos para lavarse las manos:

- Preparación del material: Agua, jabón líquido y sanitas.
- Mojar las manos con suficiente agua corriente
- Aplicar, distribuir y frotar el jabón líquido antibacterial en ambas manos y brazos hasta la altura de los codos.
- Tallar con fuerza sus manos, dedos, palmas, espacios interdigitales, dorsos y más arriba brazos y codos durante 15 a 30 segundos.
- Abrir la llave, y enjaguar perfectamente hasta eliminar los residuos de jabón.
- Secar las manos con toalla desechables de los dedos hacia arriba
- Cerrar las llaves con las mismas toallas y depositarlas en el bote de basura.
- En caso de usar guantes se debe exigir el lavado de manos antes de colocárselos. Estos deben ser desechables y cambiarlos después de cada interrupción.

Pasos para el uso de alcohol glicerinado:

Concepto. Es un procedimiento complementario para la adecuada asepsia de las manos, si previamente se ha retirado la suciedad visible, recomienda en caso de exposición a secreciones, excreciones y fluidos corporales.

El objetivo es destruir los microorganismos de la flora bacteriana transitoria, adquiridos recientemente por contacto con derechohabientes o usuarios, o familiares, siempre y cuando las manos se encuentren limpias y sin contaminación con material orgánico.

Técnica:

Aplique y esparza, dosis de alcohol glicerinado en la superficie y dorso de las manos incluyendo el área interdigital por 10 segundos.

Dejar secar al aire libre

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

6. NORMAS DE HIGIENE EN LAS ÁREAS DE TRABAJO

6.1 Limpieza de las Áreas de Trabajo

Limpieza diaria:

- Al terminar el servicio de cada turno deberá realizar la limpieza habitual del área de trabajo con detergente y agua, terminando con una solución de cloro al 6% (1ml. De cloro por litro de agua) desinfectante, pino.
- El agua que se emplee para la higienización de las áreas físicas deberá contener hipoclorito de sodio a una dilución de 30 ml. De cloro comercial domestico por litro de agua.
- Durante el desarrollo de las actividades en el servicio, mantener el piso limpio y seco.
- Mantener las mesas de trabajo limpias durante las actividades y al término de cada turno.
- Se debe utilizar trapos de colores claros o papel secante, tablas y cuchillos, según la naturaleza de los alimentos: crudos y ya listos para servirse, se recomienda identificarlos por nombre o color.
- Los trapos y jergas deben lavarse y desinfectarse antes y después de su uso
  a) Superficies en contacto directo con los alimentos.
  b) La limpieza de mesas en el área de comensales, y
  c) Para limpieza de pisos e instalaciones
- El equipo de proceso y cocción de alimentos se lava y desinfecta después de uso, al cambio de turno y/o al final de la jornada
- Los equipos desarmables que estén en contacto con los alimentos o bebidas para su lavado deberán desarmarse, lavarse y desinfectarse al final de la jornada. Cualquier equipo que este guardado, aun fuera de uso deberá mantenerse limpio.
- Las mesas de trabajo deben lavarse y desinfectarse antes y después de su uso. En procesos continuos no exceder las 2 horas.
- Después de lavar y desinfectar las superficies de contacto con los alimentos deben dejarse secar a temperatura ambiente.
- En caso de emplear trapos para secar, estos deben cumplir con las siguientes características: limpios de colores claros, exclusivos para este fin, de tamaño suficiente

Clave de registro
ODSEDESA009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas
Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo
Sectorial

para que las manos no toquen los utensilios; cambiarse por trapos limpios y secos una vez mojados. Deben lavarse desinfectarse después de su uso.

Las áreas de servicio de comedor deben cumplir con las siguientes disposiciones:

a) Las sillas, mesas, barra, pisos paredes, techos, lámparas y demás equipo y mobiliario se deben conservar en buen estado y limpios. Las superficies de las mesas se deben limpiar y desinfectarse al final de la jornada.
b) Se debe evitar la acumulación excesiva de basura, eliminándola una vez que los botes de basura estén llenos a tres cuartas partes de su capacidad o por lo menos una vez al día. Los botes de basura deben lavarse y desinfectarse al final de la jornada, evitando la contaminación cruzada

Limpieza Exhaustiva

- Deberá realizarse limpieza exhaustiva cada 8 días, en coordinación con la Oficina de Mantenimiento y Servicios Generales, ésta debe incluir pisos, paredes, campanas, puertas, canceles, vidrios, sillas, mesas de trabajo y del comedor, tarjas, etc., ésta se llevará a cabo con agua caliente, detergente y cloro, usando cepillos para las uniones y hendiduras, sobre todo en azulejos y loseta. Terminar con una solución de cloro al 6%, 1 ml. de cloro por un litro de agua. La campana de extracción se lavará mensualmente durante el turno nocturno. En caso contrario se puede provocar la contaminación cruzada. Esto significa que los microbios se desarrollan en los restos de alimentos que queden en las superficies, equipos y utensilios y de ahí pasan a otros alimentos.

- La limpieza programada se debe realizar en coordinación con el área de servicios generales, principalmente en lo relacionado a la higienización de: registros, filtros de agua, ductos de campanas, mobiliario y equipo, trampas de grasa, tuberías de gas, tuberías de vapor, techos y paredes.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Transparencia Sectorial

6.2. Control de la Fauna Nociva

Son aquellos animales (especialmente insectos y roedores) que afectan al hombre, ya sea causándole molestias sanitarias o interviniendo de manera directa o indirecta en la transmisión de enfermedades como vectores.

El tipo de fauna nociva en las Unidades Hospitalarias es muy variado y el riesgo para la salud que representa en derechohabientes o usuarios y trabajadores se asocia a una amplia gama de problemas, resaltando infecciones gastrointestinales (cólera, hepatitis, salmonelosis, shigelosis, intoxicaciones, parasitosis). Entre este tipo de fauna, las cucarachas, moscas, roedores son los más frecuentes en los servicios de Dietología.

Recuerda que estos animales provienen de drenaje, basura y excremento, etc.

Cucarachas:

La cucaracha es una plaga difícil de combatir, pues se alimenta de lo que encuentra, e incluso, puede sobrevivir mucho tiempo sin comer, además de ser muy resistente a los insecticidas, frío, calor, etc.

Para Prevenir la Proliferación de Cucarachas se deben tomar las siguientes medidas:

- Inspeccionar con cuidado los empaques que lleguen. No introducir cartones, costales, guacales, al área de almacén de víveres, pues, en ellos pueden venir cucarachas o sus huevecillos. Al recibir la mercancía cambia a cajas o rejillas que estén limpias y desinfectadas.
- Notificar al área de servicios generales para que se rellenen las cuarteaduras y grietas en pisos o paredes, para eliminar escondites o rincones que les puedan servir de criadero. Mantén las coladeras tapadas.
- Colocar los alimentos en anaqueles limpios, separados de las paredes y a una altura del suelo mínima de 15 cm. Esto facilitará las labores de limpieza, eliminando escondites para las cucarachas y evitará su proliferación.
- Limpiar de inmediato todo lo que se derrame ya que de lo contrario servirá de alimento para las cucarachas.
- Mantener los alimentos cubiertos.
- Limpiar con frecuencia los espacios entre el piso, paredes y anaqueles, repisa y equipo, agregando cloro al agua al 6% (1 ml. por litro de agua) para una limpieza final.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

Las moscas

Además de ser un insecto sumamente molesto y repulsivo, la mosca es portadora de muchas enfermedades. Por esta razón se debe evitar que entre en contacto con los alimentos que se van a servir. Para prevenir las moscas sigue las siguientes reglas:

- Mantener cerrados a presión los botes de basura, recoger con frecuencia los residuos. Así se rompe el ciclo de crianza de la mosca.
- Verificar que los mosquiteros de puertas y ventanas se encuentren en buen estado.
- Verificar el buen funcionamiento del cierre de las puertas, evitando así la entrada de moscas.
- Limpiar debajo y atrás de anaqueles, equipo y mesas de trabajo
- Utilizar dispositivos de electrocución, teniendo cuidado de que las moscas no caigan en el área de preparación o en los alimentos.

Roedores

Los roedores son causantes de importantes pérdidas de la industria de alimentos, ya que además de las pérdidas directas por alimentos, empaques, cajas y cables roídos, contaminan las superficies y alimentos que tocan a su paso.

Para detectar si existen roedores en el área de Dietología puedes utilizar las siguientes técnicas:

- Observar si los alimentos, empaques o paredes presentan rasgaduras, mordeduras o agujeros.
- Aplicar un poco de talco en los lugares donde sospeches que pasan, y observa si se marcan sus huellas.
- Observar si hay marcas de grasa en el piso o paredes donde se frotan al pasar o bien restos de excremento de roedores.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

Medidas para prevenir la entrada a los roedores:

- Mantener cerradas y selladas las puertas, para que no quede ninguna rendija por donde puedan entrar los roedores.
- Sellar las ventanas, cualquier hueco o escondite posible en piso y paredes. Mantener las coladeras tapadas y en buen estado.
- Limpiar y recoger todos los restos de comida del piso, en caso de que logren entrar, no tengan que comer.
- No colocar ningún saco o cajón junto a los muros del área para evitar la formación de nidos y escondites.

(Utilizar trampas, cebos con veneno, para eliminar a los roedores.)
IMPORTANTE

No se permite el uso de trampas para roedores que contengan cebos impregnados con veneno o anticoagulantes en las áreas donde se manejen alimentos. Tampoco se permite el uso de eliminadores de insectos de choque eléctrico o similar. Únicamente se permite su uso en áreas externas ajenas al área de preparación y servicio, si el programa de control de plagas así lo especifica o si hay evidencia de infestación y solo se utilizaran durante el tiempo que dure el tratamiento. Los cebos deben estar en estaciones rodenticidas fijas al sustrato, con cerradura y su ubicación debe estar señalada en un croquis.

Medidas generales para combatir la fauna nociva

- Revisa todo lo que entra al área.
- No dejar alimento ni refugio.
- Mantén limpia la cocina, almacén, baños y en general toda el área. No dejes restos de alimentos en gabinetes, piso y paredes.
- En caso necesario utilizar plaguicidas.

¡Cuidado con el uso de plaguicidas!

- Conservar los plaguicidas con etiquetas que especifiquen claramente el producto de que se trata y su forma de uso.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

- Guardar en un área separada de los alimentos, bajo llave y que exista una persona responsable de ellos.

El control de fauna nociva debe realizarse en las siguientes áreas:
Jefatura, almacén de víveres, área de refrigeración, cocción y preparación previa, comedor, laboratorio de fórmulas y si se cuenta con sistema descentralizado en cocinas de distribución.

Esta rutina se debe efectuar durante la noche, para poder cerrar el servicio y permanezca el producto el mayor número de horas ejerciendo su efecto, sin ser barrido o trapeado en razón del mal olor que despide, obteniéndose así mejores resultados.

Instructivo para el control de fauna nociva

- La Responsable del Servicio de Dietología recibirá la programación de fumigación por Nivel Central.
- La periodicidad para la ejecución de medidas de control de fauna nociva será mensual.
- La Responsable del Servicio de Dietología vigilara en forma permanente y constante que esta se lleve a cabo
- En caso necesario se solicitará fumigación extraordinaria
- El horario para el tratamiento de fauna nociva será en el turno nocturno, salvo en los casos necesarios se llevará a cabo en otro turno.
- La Responsable del Servicio de Dietología informara a su personal del trabajo que se va a realizar; informándoles, sobre las medidas de seguridad que deberán tomar
- El Responsable de Servicios Generales se coordinará con el personal subrogado para realizar el lavado exhaustivo del área al día siguiente de la fumigación.
- Antes del tratamiento para el control de fauna nociva, deberá guardarse en bolsas de plástico preferentemente cerradas, los alimentos que se encuentren fuera de envases herméticos, así como utensilios de preparación, y en su caso bolsas de identificación de fórmulas lácteas, después del tratamiento de la fauna nociva se deberá solicitar al personal de intendencia para que lave con agua y jabón todas las superficies de las áreas de trabajo, el equipo fijo y móvil, así como las latas de insumos.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

7.-NORMAS DE HIGIENE PARA EQUIPO, LOZA Y UTENSILIOS

7.1 Limpieza y desinfección de equipo y utensilios

- El equipo como licuadoras y batidoras deberán desincrustarse de todas sus partes, lavarse y desinfectarse después de cada uso.
- Las tablas de picar deberán ser de acrílico, polietileno de alta densidad y se lavarán y desinfectarán después de cada uso.
- Verificar la limpieza del equipo y utensilios que se van a utilizar.
- Lavar y desinfectar las mesas de trabajo antes y después de utilizarlas con cloro al 6% (1 ml de cloro por mililitro de agua).
- Las charolas y utensilios de derechohabientes o usuarios, después de lavados se introducirán en agua con cloro al 6%, (1 ml. de cloro por litro de agua durante 30 minutos)
- Las tarjas no se utilizarán para lavar las jergas del piso,
- Cada área tendrá jergas y trapos específicos para sus diferentes secciones.
- Los trapos o jergas para limpiar residuos o mesas de trabajo deberán lavarse y desinfectarse después de cada uso con una solución de cloro al 6%, (preparar 1 ml. de cloro por litro de agua, y sumergirlos durante 30 minutos).
- Los cuchillos deberán lavarse cada vez que se van a utilizar.
- Las estufas en cada turno deberán quedar limpias.
- Sistemas extractores dentro de la cocina, libres de grasa, completamente limpios y funcionando adecuadamente.

Limpieza y desinfección de loza y cubiertos Procedimiento:

- Eliminar residuos (Escamocheo) y enjuagar.
- Lavar y cepillar con detergente y agua.
- Enjuagar los platos y cubiertos con agua para remover completamente los restos de detergente.
- Sumergir la loza y cubiertos en una solución de cloro al 6%, (1 ml. de cloro por litro de agua durante 30 minutos).
- Colocar la loza y cubiertos en escurridor para su secado a temperatura ambiente. En caso de utilizar trapos, estos deben estar limpios y exclusivos para este fin.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

Limpieza y Desinfección de Refrigeradores y Congeladores:

- Este equipo sólo se desconectará para su limpieza.
- Estas unidades deberán lavarse y desinfectarse antes de recibir los insumos.
- La limpieza se llevará a cabo con agua y jabón, terminando con solución de cloro al 6% (1 ml de cloro por litro de agua).
- En caso de congelar, los insumos contarán con membretes señalando el día, servicio y número de raciones, envueltos en bolsas de plástico.
- Nunca se deben mezclar alimentos crudos con cocidos en la misma área del refrigerador, los cocidos deberán ir arriba y los crudos en la parte inferior.
- Colocar los insumos en charolas para su rápido enfriamiento.
- Cada mes se les dará mantenimiento preventivo, y el correctivo de inmediato.
- No llenar en exceso el refrigerador para permitir la circulación del aire.
- Mantener la temperatura de los refrigeradores a 4°C o menos.
- La temperatura de los congeladores no será mayor a –18°C
- Verificar diariamente la temperatura interna del refrigerador y congelador.
- Verificar que las puertas del congelador y refrigerador queden herméticamente cerradas.
- Todos los refrigeradores y congeladores deberán contar con termómetro.

7.2 Mantenimiento Preventivo

Es el conjunto de acciones que se llevarán a cabo cada mes en la cámara fría y cada 15 días en refrigeración para garantizar una vida prolongada en estos equipos.

Estas actividades deben ser realizadas por el área de mantenimiento de la Unidad Hospitalaria (previa asesoría), sin que se requiera de un técnico en refrigeración.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

Técnicas:

Descongelamiento	**Desconectar el congelador y verificar la distancia de la pared u otros muebles que no deberán ser menor de 15 cm.**
Limpieza del exterior	Verificar nivelación de suelo a equipo, valorar hermeticidad de la puerta y aparte verificar las clavijas.
Limpieza del interior	Limpiar con agua y jabón el interior así como las gomas y las juntas.
Limpieza del compresor	Desmontar el compresor. Esto se realiza, ya sea cortando o desoldando el lado de baja y de alta del compresor y limpiar el polvo acumulado.
Limpieza del condensador	Retirar la suciedad y el polvo depositados sobre la superficie del condensador. Utilizar una aspiradora dotada de un cepillo de succión. Recorrer toda la superficie del condensador para retirar la suciedad o el polvo acumulado.
Lubricación de empaques	Limpiar empaques de la puerta con agua y jabón, eliminando polvo, suciedad y otras partículas, enjuagar con un trapo limpio y secar el empaque usando toallas de papel.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

8. NORMAS DE HIGIENE PARA ALIMENTOS

8.1. Normas Generales de la recepción

- Verificar que los vehículos donde sean transportados los alimentos, se encuentren en adecuadas condiciones de higiene.
- Verificar que los recipientes donde se encuentran contenidos los alimentos transportados, estén cubiertos.
- Verificar que el personal asignado por el proveedor cumpla con los requisitos de higiene personal y portar uniforme reglamentario.
- La persona encargada de hacer la recepción de productos, debe lavarse las manos, antes de efectuarla.
- La Subdirección o Jefatura de Unidad Departamental Administrativa realizará acta circunstanciada cuando la Responsable del Servicio de Dietología informe del incumplimiento de la entrega de alimentos por parte del proveedor.
- Las entregas se realizan de las 7:00 a 11:00 horas, para que la inspección se realice de forma adecuada.
- Planear la llegada de los productos, asegurándose que el lugar de almacenamiento esté disponible y que se pueda realizar inmediatamente.
- Los alimentos deben cumplir con ciertos parámetros sensoriales de olor, color, sabor y textura porque se debe llevar a cabo una inspección breve pero completa de acuerdo a las características de cada producto, de no cumplir con estas condiciones el producto se regresará al proveedor.
- Verificar la temperatura de los alimentos cuando lleguen al servicio, para asegurarse de que son las adecuadas, dependiendo, si se reciben frescas o refrigeradas.
- Higienizar y almacenar inmediatamente los alimentos en los lugares apropiados y a las temperaturas indicadas.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

8.2 Características Organolépticas para la Aceptación o Rechazo de Alimentos

ABARROTES

ACEPTAR	RECHAZAR
Secos: Empaque en buen estado, limpio e íntegro, sin señales de insectos, huevecillos o materia extraña. **Enlatados:** Latas integras, sin abolladuras u oxidación.	**Secos:** Empaque perforado, roto con presencia de moho, restos de insectos o huevecillos. **Enlatados:** Latas abombadas, abolladas, oxidadas con fuga, hinchadas o picadas; cuando presente abolladura en ángulo pronunciado o la abolladura sea mayor de 1,5 cm de diámetro en presentaciones inferiores a 1 kg, en presentaciones mayores de 1 kg la abolladura deberá ser mayor a 2,5 cm de diámetro.

FRUTAS EN GENERAL

ACEPTAR	RECHAZAR
Olor: Característico, agradable y fresco. **Apariencia:** Sin golpes ni magulladuras. **Textura:** Firme **Temperatura:** 4°C	**Olor:** Extraño, Fétido. **Colores:** Moho azul, manchas color café. **Textura:** Muy blanda **Temperatura:** Superior a 4°C.

VERDURAS EN GENERAL

ACEPTAR	RECHAZAR
Olor: Característico, agradable y fresco. **Apariencia:** Suave al tacto y fresca **Textura:** Firme **Temperatura:** 4°C	**Olor:** Extraño, o con mal olor. **Apariencia:** Golpes, magulladuras, aspecto hinchado, moho, (en cebollas, zanahorias, betabeles, ciruela, cereza, etc.). **Textura:** Viscosa, muy blanda. **Temperatura:** Superior a 4°C.

Clave de registro OD-SEDESA-003
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

CARNES

ACEPTAR	RECHAZAR
Color: Res rojo brillante; Cordero rojo; Cerdo rosa pálido; Grasa de origen animal blanca o ligeramente amarilla. **Textura:** Firme, elástica y ligeramente húmeda. **Olor:** Característico. **Temperatura:** Refrigerada 4°C o menos, congelada -18°C o menos.	**Color:** Verdoso o café obscuro, descolorida en el tejido elástico y grasa amarilla. **Textura:** Viscosa, pegajosa o con lama **Olor:** Putrefacto, agrio. **Temperatura:** Sin refrigerar y a más de 4°C, más de -18°C, que presente signos de descongelación.

HIGADO

ACEPTAR	RECHAZAR
Color: Café rojizo **Textura:** Suave **Olor:** Característico. **Temperatura:** Menos de 2°C.	**Color:** Verdoso amarillento **Textura:** Fétida, superficie sanguinolenta con puntos blancos que se deshagan al tacto **Olor:** Con olor desagradable **Temperatura:** Sin refrigerar y a más de 4°C

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

AVES

ACEPTAR	RECHAZAR
Color: Blanco característico, sin decoloración o ligeramente rosado **Textura:** Firme, húmedo. **Olor:** Característico. **Temperatura:** Refrigerada menor a 4°C	**Color:** Verdosa, amoratada o con diferentes coloraciones. **Textura:** Pegajosa abajo las alas y carne blanda **Olor:** Putrefacto o rancio. **Temperatura:** Sin refrigerar y a más de 4°C

PESCADOS

ACEPTAR	RECHAZAR
Color: Agallas rojo brillante **Apariencia:** Agallas húmedas, ojos saltones, brillantes, húmedos y cristalinos. **Textura:** Carne y panza firmes, elásticas, al oprimir el pescado la marca de los dedos no se queda en el pescado. **Olor:** Sin presencia de olor fuerte **Temperatura:** Menor a 4°C **Entrega:** Empaque limpio e íntegro.	**Color:** Agallas grises o verdosas. **Apariencia:** Agallas secas, ojos hundidos y opacos con bordes rojos. **Textura:** Carne flácida y blanda **Olor:** Agrio, putrefacto o amoniacal **Temperatura:** Sin refrigerar y mayor a 4°C, con signos de descongelamiento. **Entrega:** Presencia de signos de descongelamiento, con grandes trozos de hielo pegados al empaque o agua suelta.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

HUEVO

ACEPTAR	RECHAZAR
Cascaron: Integro, limpio y sin presencia de excremento.	**Cascarón:** Quebrado y manchado, con excremento o heces.

LECHE

ACEPTAR	RECHAZAR
Pasteurización: Pasteurizada con fecha de caducidad sin cumplirse. **Temperatura:** 2°C. **Entrega:** En recipientes o envases originales en buen estado.	**Pasteurización:** Sin Pasteurizar, sin fecha de caducidad o ya vencida. **Temperatura:** Mayor a 5°C o menos. **Entrega:** En recipientes o envases originales en mal estado.

EMBUTIDOS

ACEPTAR	RECHAZAR
Olor y color: Característico. **Sabor:** Ligeramente salado **Apariencia:** De una consistencia firme, libre de manchas. **Temperatura:** 4°C o menos. **Vida de anaquel:** Fecha de caducidad vigente	**Olor y color:** Con olores extraños, con manchas no propias del jamón. **Sabor:** Acido, a humedad o mohoso **Apariencia:** De una consistencia blanda, superficie húmeda, pegajosa o con líquido, coloración anormal. **Temperatura:** Superior a 4°C **Vida de anaquel:** Fecha de caducidad vencida

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

QUESOS

ACEPTAR	RECHAZAR
Olor, color y textura: Característico. **Apariencia:** Su empaque no debe estar roto y el queso no debe presenta manchas ya que si las presenta puede que este dañado. **Temperatura:** 2 a 4°C o menos.	**Olor, color y textura:** Con olores extraños, con manchas no propias del queso o con partículas extrañas o contaminadas con hongos. **Apariencia:** Empaque roto con apariencia de características extrañas. **Temperatura:** Superior a 4°C

MANTEQUILLA

ACEPTAR	RECHAZAR
Olor, Sabor: Característico. **Color:** Amarillento **Textura:** Suave **Apariencia:** Sin partículas extrañas **Temperatura:** 4°C o menos	**Color:** Blanco. **Textura:** Liquida. **Apariencia:** Con partículas extrañas o moho. **Temperatura:** Superior a 4°C

GRANOS, HARINAS, PRODUCTOS DE PANIFICACIÓN, TORTILLAS

ACEPTAR	RECHAZAR
Apariencia: Sin mohos y con coloración característica.	**Apariencia:** Con mohos o coloración ajena al producto o con infestaciones.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

8.3 Almacenamiento y Conservación

Proceso de suma importancia ya que los productos que fueron recibidos de buena calidad, pueden sufrir alteración en sus características físicas y llegar hasta su descomposición por diferentes causas. Como medidas generales y con el propósito de hacer uso racional de los recursos, deberá vigilarse la debida rotación de víveres, el uso de recipientes adecuados, evitar el volumen excesivo en el refrigerador, previendo así fallas de las unidades refrigerantes.

Normas Generales de Operación

- Las carnes deberán almacenarse en congelación dentro de bolsas de polietileno con identificación preferentemente en cantidades no voluminosas.
- Los pescados y mariscos deberán almacenarse en congelación dentro de bolsas de plástico con su identificación.
- Los vegetales deberán seleccionarse de acuerdo a sus características.
- Separar las frutas de cáscara fina y gruesa. Someterlas a refrigeración si es necesario.
- Abarrotes en general, se almacenan de acuerdo al volumen, sacando los artículos de las cajas y colocándolos en anaqueles en orden alfabético para facilitar su control.
- Los alimentos no se deben almacenar dentro de las cajas utilizadas por el proveedor.
- Debe evitarse que queden alimentos rezagados o sobrantes durante los días de abastecimiento, pero si eso sucediera, serán los primeros en utilizarse efectuando una adecuada rotación de los mismos.
- Distribuir los productos que no estén empaquetados (a granel) preferentemente en botes de aluminio o plástico que soporten la capacidad.

Almacenamiento

Es importante destacar algunos puntos que se deben cuidar durante el almacenamiento de los productos dependiendo de sus características.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

Refrigeración

En la refrigeración de los alimentos debes tomar en cuenta los siguientes aspectos:

- Para un mejor control interno revisar y registrar la temperatura del refrigerador se mantenga a 4°C o menos y así mantener los productos fuera de peligro.
- Se debe dar mantenimiento constante, para realizar la limpieza y desinfección.
- No sobrecargar el refrigerador o cámara, porque se reduce la circulación del aire frío, además entorpece la limpieza del área.
- Para facilitar la organización (etiquetado con nombre del alimento y fecha) e identificación de los diferentes alimentos crudos y cocidos. Utilizar recipientes de plásticos transparentes con tapa y perfectamente limpios.

Colocar los alimentos crudos en la parte inferior del refrigerador y los ya preparados, o que no necesiten cocción en la parte superior.

- Hay que evitar escurrimientos indeseables de algunos alimentos para evitar contamine a otros alimentos.
- Cuando enfríes los alimentos hazlo rápidamente en porciones pequeñas, y con un baño de hielo.
- No guardar alimentos calientes porque provoca que suba la temperatura del refrigerador y pone en peligro de descomposición el resto de los alimentos.
- No almacenar los alimentos directamente sobre el piso de la cámara de refrigeración.
- No aceptar los alimentos que estén contenidos en guacales, cajas de madera o costales porque pueden contener cucarachas o huevecillos de cucarachas, y suciedad. Recibe los productos sólo en cajas o contenedores de material plástico y claro, que estén perfectamente limpias.
- No dejar los alimentos en latas abiertas dentro del refrigerador, pues con la humedad, se oxidan y contaminan la comida, al abrir una lata, vacíala en un recipiente limpio y con tapa.

Congelación

Los alimentos pueden conservarse durante meses a menos de 18°C.

- Verificar que la temperatura de los alimentos en el congelador se mantenga a menos de 18°C
- Se debe dar mantenimiento constante, para realizar la limpieza y desinfección.
- Al recibir los alimentos colocarlos inmediatamente en el congelador para evitar que entren a la zona de peligro de la temperatura

clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

- Colocar en recipientes previamente limpios, etiquetados y con tapa los alimentos antes de congelarlos
- Dividir los alimentos en porciones para su congelación. De este modo se facilita su posterior descongelación.
- Etiquetarlos con fecha de entrada al almacén y número de raciones para asegurarse que las primeras entradas sean las primeras salidas (PEPS) y que haya una rotación adecuada de los alimentos.
- Para tomar la temperatura de los alimentos congelados inserta el termómetro en la parte más profunda de la pieza, espera a que se estabilice el indicador y procede a la lectura.

Descongelación

- La descongelación de los alimentos se debe efectuar por refrigeración, por cocción o bien por exposición a microondas

Productos secos

- También los alimentos secos que no requieren refrigeración o congelación necesitan características específicas para su almacenamiento.
- Verificar que la temperatura del lugar se encuentre entre los 10°C y los 20°C
- Cerciorarse de que el área este ventilada para evitar el crecimiento de los mohos y levaduras
- Se debe aplicar el procedimiento PEPS (primeras entradas, primeras salidas) en todos los almacenes de alimentos con el fin de rezago de alimentos o que se utilicen productos caducados.
- Los alimentos se deben almacenar en recipientes limpios, de superficie inerte en buen estado, cubiertos identificados y en orden.
- No almacenar materias primas, alimentos o recipientes con alimentos directamente sobre el piso. Se recomienda evitar el uso de tarimas de madera.
- No almacenar en cajas de cartón corrugado o costales a menos que estos sean necesarios para su conservación.
- No almacenar en cajas de madera (huacales)
- En el caso de productos enlatados que al almacenarlos o manipularlos sufran golpes, su contenido debe vaciarse a otro recipiente, fecharse e identificarse y usarse lo más pronto posible, o colocarse en área de rechazo.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

- Las latas no deben presentar abolladuras, abombamiento o corrosión. No deben almacenarse bajo refrigeración a menos que el fabricante del producto lo indique en la etiqueta.

Temperaturas de conservación para algunos alimentos

1. A temperatura ambiente: 15°C – 25°C Variable 10°C – 25°C Variable	• Abarrotes en general • Productos enlatados o envasados en recipientes herméticos. • Cereales, harinas, pastas, jugos, leguminosas, gelatinas en polvo etc.
2. En refrigeración: 4° C 6° C 7° C	• Carnes, pescado y pollo • Leche, crema, quesos y huevo • Frutas y Verduras
3. En congelación: 0° a -18°C	• Carnes, pescados, mariscos etc.

Preparación de Alimentos

- Los alimentos de origen vegetal se deben lavar en forma individual o en manojos pequeños con agua potable, estropajo o cepillo (si es necesario), jabón o detergente, enjuagar con agua potable y desinfectarse, de acuerdo al producto que se emplee se debe cumplir estrictamente con así instrucción señaladas por el fabricante.
- La descongelación de los alimentos se debe efectuar por refrigeración, nunca por exposición a temperatura ambiente.
- En caso excepcional podrá descongelarse a chorro de agua potable, a una temperatura máxima de 20°C por no más de dos horas, evitando estancamientos.

Clave de registro
09-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Planeación, Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

9. NORMAS DE HIGIENE PARA LA ELABORACIÓN DE DIETAS ESPECIALES

9.1 Por Gastroclisis

Las dietas especiales, destinadas a administrarse por Gastroclisis:

- Deben ser elaboradas y calculadas por la Nutricionista y/o dietista.
- Deben prepararse en áreas y con utensilios previamente higienizados.
- Su manipulación se hará con guantes desechables, utilizando cubre bocas.
- El alimento se dividirá e identificará en la cantidad de mililitros que corresponda según el número de tomas indicadas.
- Las tomas serán entregadas a la enfermera Jefe del Servicio en bolsas para Gastroclisis.
- Las tomas deben contener rótulo con la fecha, el nombre, horario y número de cama del derechohabiente o usuario.
- Almacenar inmediatamente después de prepararlas, en refrigeradores con temperatura igual o menor a 4°C para evitar crecimiento bacteriano y desecharse a las 24 horas en caso de no utilizarlas.
- Las tomas deben ser calentadas en Baño María a 37°C (temperatura del cuerpo humano) para evitar nauseas.

9.2. Por Vía Oral

Las dietas especiales, que se proporcionen por vía oral se prepararán de la siguiente manera:

- Con alimentos naturales, previamente higienizados.
- Los utensilios deberán ser previamente higienizados con agua caliente y cloro al 6% (hipoclorito de sodio).
- Los cubiertos deben ser envueltos en servilletas.
- Los alimentos deben ir perfectamente cubiertos con película plástica (egapack) durante el traslado a la mesa del derechohabiente o usuario.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

10. NORMAS DE HIGIENE PARA LA PREPARACIÓN DE FÓRMULAS LÁCTEAS

- El personal al iniciar sus labores deberá lavarse las manos.
- El personal deberá portar turbante, cubre bocas, bata limpia y guantes estériles.
- El área deberá permanecer cerrada, durante la preparación, evitando que haya ventanas abiertas o semi abiertas. Evita contaminación.
- Lavar con agua y jabón las latas de fórmulas, así como cualquier otro producto que vengan en esta presentación.
- Esterilizar el equipo y los utensilios antes de utilizarlos (batidor de globo, vasos para medir, etc.) durante 45 minutos a 120°C en compresas con cinta testigo fechada con un día de anticipación.
- Se cubrirá el área (mesa de trabajo), con compresas estériles.
- Una vez que se han llenado, tapado e identificado con las bolsas de papel de estraza las fórmulas, se procederá a su esterilización en la autoclave durante 10 minutos a 120°C.
- El personal deberá proceder con el enfriamiento y guardado de las fórmulas en el refrigerador.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

11. MANEJO DE UTENSILIOS DE DERECHOHABIENTES O USUARIOS CON PADECIMIENTOS INFECTOCONTAGIOSOS

- Con tela adhesiva se rotulará la charola y los utensilios de derechohabientes o usuarios infectados indicando la sala, piso y número de cama del derechohabiente o usuario.
- Emplear de preferencia utensilios desechables biodegradables.
- Si no se emplean charolas desechables, entonces, las charolas de melamina usadas se lavarán y desinfectarán por el personal de Dietología (usar guantes desechables y tener cuidado de dejar desinfectada la tarja usada). Lavar con el detergente habitual, pero, al final de éste proceso dejar reposar las charolas en una solución de hipoclorito de sodio por 30 minutos.
- Se servirán por separado los alimentos a este tipo de derechohabientes o usuarios.
- Las dietas que corresponden al área de infectología se proveerán a la enfermera responsable de ésta sección.
- En la misma sección de infectología, la afanadora deberá colocar los sobrantes de alimentos y recolectarse en la bolsa de residuos infecciosos, los líquidos se desechan por el lavabo ó tarja y después lavar la misma. Las charolas usadas, ya escamochadas, serán llevadas al servicio de Dietología en una zona designada.
- En las Unidades que sean 100% COVID la distribución de dietas a pacientes será por parte del personal adscrito al Servicio de Dietología con equipo de protección completo, retirándose este al salir del área de Hospitalización.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

12. NORMAS PARA EL MANEJO ADECUADO DE DESECHOS

RESIDUOS MUNICIPALES	RESIDUOS BIOLOGICOS PELIGROSOS
1. Habrá un área general de basura designada, limpia y separada de la zona de alimentos. Exenta de malos olores y libres de fauna nociva. 2. Los depósitos de desechos estarán limpios y de tamaño suficiente y provistos de tapa y bolsa plástica de color negro. 3. Los botes de desechos deberán permanecer tapados. 4. Cada contenedor deberá estar membretado con el nombre de desecho que contenga (orgánico e inorgánico). 5. Vaciar constantemente los botes en los contenedores externos para evitar que se acumule la basura. 6. Mantener limpia el área donde se ubican los contenedores externos, para evitar malos olores, contaminación y atraer fauna nociva. 7. El personal de intendencia recogerá en cada turno los desechos generados por el departamento de Dietología. 8. Los botes de basura se lavarán diariamente por el personal de intendencia en un área especifica	En la NOM-087-ECOL-1995 define como residuo biológico peligroso al "que contiene bacterias, virus u otros microorganismos con capacidad de causar infección o que contiene o puede contener toxinas producidas por microorganismos que causan efectos nocivos a seres vivos y al ambiente, que se generan en establecimientos de atención médica. Estos son: sangre, cultivos y cepas almacenadas de agentes infecciosos, residuos no anatómicos derivados de la atención a derechohabientes o usuarios y los laboratorios, patológicos, objetos punzocortantes usados y sin usar. Los sobrantes de alimentos que estuvieron en contacto con derechohabientes o usuarios con enfermedades infectocontagiosas permanecerán en el cuarto séptico de la sala de infectología.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

13. MANEJO DE PRODUCTOS TÓXICOS

Las Unidades Médicas son organizaciones complejas donde se desarrollan diversos procesos para generar servicios de salud con calidad; el control de riesgos asociados al uso de materiales peligrosos, son componentes importantes en este sistema, dado que su mal manejo representa un riesgo para las personas y el medio ambiente, por el manejo de productos químicos tóxicos. Comprendiendo desde su susceptibilidad a derrames métodos empleados para su manejo, tratamiento y disposición final.

Clasificación de residuos

Los residuos que se generan en el Departamento de Dietología, durante el desarrollo de las actividades propias del departamento los 365 días del año.

Se clasifican de acuerdo a la Ley General para la Prevención y Gestión Integral de Residuos.

Área Generadora	Inorgánicos	Orgánicos
Área de higienización	X	X
Área de preparación	X	X
Almacén de víveres	X	X

Si los productos no son manejadas, transportadas, almacenadas o procesadas adecuadamente presentan la posibilidad de riesgo de explosividad, inflamabilidad, reactividad, corrosividad, radioactividad, toxicidad o irritabilidad, y que al ingresar al organismo por vía respiratoria, cutánea o digestiva pueden provocar intoxicación, quemaduras o lesiones orgánicas al personal ocupacionalmente Expuesto, según la concentración y el tiempo de exposición.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación Sectorial

Productos de limpieza

Los productos de limpieza de uso en el Servicio de Dietología que se consideran Tóxicos, Corrosivos, Irritantes. Son productos que por composición química tienen reacciones que por inhalación, ingestión o penetración cutánea en muy pequeñas cantidades pueden provocar efectos agudos o crónicas.

Etiquetado

Cuando las sustancias son distribuidas al Servicio de Dietología se deberá revisar el etiquetado de la sustancia, si no se cuenta con la codificación CRETI, se deberá de etiquetar para su uso. Las etiquetas deben de contar con la información general del producto. (Nombre de la sustancia, nombre del producto, dirección completa).

Cada producto en almacenamiento debe de contar con fecha de caducidad indicada en el envase en caso de que se encuentren caducados, deberán separarse y llevarse a un área de desecho.

Conservación de sustancias químicas

- La sustancia química deberá mantenerse en un área limpia y fuera del almacenamiento de alimentos.
- El personal del Servicio de Dietología realizara la actividad con todas las medidas de precaución al manejo del producto toxico.
- Llevar el registro del día de la limpieza, incluyendo la firma de la persona encargada de realizar el aseo.

Almacenamiento de productos químicos

- El almacenamiento de productos de limpieza, desinfectantes y otros productos químicos, se debe hacer en un lugar delimitado, separado del almacenamiento de lineamientos; se recomienda identificarlo.
- Cada producto químico debe estar identificado, tapado y ser apto para uso en servicios de alimentos.
- En caso de que el establecimiento cuente con licencia sanitaria para el auto aplicación de plaguicidas, estos deben mantenerse identificados en su envase original y almacenarse bajo llave. Se debe contar con registro de la COFEPRIS y cumplir con las disposiciones vigentes.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

- Los productos químicos deben contar con ficha técnica que contenga la información de seguridad correspondiente u hoja de seguridad y tener un control estricto para su distribución y uso.
- Los recipientes que contuvieran productos químicos no se deben utilizar para manejar alimentos y bebidas, ni viceversa.
- Los trabajadores son los responsables de la separación, clasificación de los residuos que se generan en el área de comedor y en la operación del servicio de Dietología,
- Los utensilios y equipo utilizado para el manejo de productos químicos deben almacenarse en un área específica e identificarse.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

14. PROCEDIMIENTO

14.1 Estudios de Análisis Clínicos al Personal del Servicio de Dietología de las Unidades Hospitalarias.

14.2 Objetivo General:

Proteger la Salud de los derechohabientes y/o usuarios, así como la del personal con derecho a la alimentación en las Unidades Médicas de la Secretaría de Salud de la Ciudad de México, mediante la realización periódica y controlada de los análisis clínicos correspondientes al personal adscritos al Servicio de Dietología, a fin de detectar y tratar oportunamente infecciones que se puedan transmitir por medio de la manipulación de los alimentos.

Descripción Narrativa<

No.	Responsable de la Actividad	Actividad	Tiempo
1	Subdirección o Jefatura de Unidad Departamental Médica del Hospital. Personal de Apoyo Técnico Operativo 1 (Responsable del Servicio de Dietología)	Requisita el formato "Relación de personal, entrega de solicitudes y notificación de cita al Personal del Servicio de Dietología", y lo entrega al Responsable del Servicio de Epidemiología.	30 minutos
2	Subdirección o Jefatura de Unidad Departamental Médica del Hospital Personal de Apoyo Técnico Operativo 2 (Responsable del Servicio de Epidemiología)	Recibe relación de personal, requisita en SAMIH, elabora formato de Solicitud y Resultados de Análisis Clínicos (SUARA-1) de cada trabajador y las entrega al Responsable del Laboratorio de Análisis Clínicos	15 minutos

Clave de registro OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

No.	Responsable de la Actividad	Actividad	Tiempo
3	Subdirección o Jefatura de Unidad Departamental Médica del Hospital Personal de Apoyo Técnico Operativo 3 (Responsable del Laboratorio de Análisis Clínicos)	Recibe relación, y Solicitud y Resultados de Análisis Clínicos (SUARA-1) de cada trabajador y los revisa.	15 minutos
		¿Están correctamente requisita dos los formatos (SUARA-1)?	
		NO	
4		Regresa formatos (SUARA-1) describiendo inconsistencias.	
5	Subdirección o Jefatura de Unidad Departamental Médica del Hospital Personal de Apoyo Técnico Operativo 2 (Responsable del Servicio de Epidemiología)	Recibe formatos (SUARA-1), los revisa, corrige y envía al Responsable de Laboratorio de Análisis Clínicos.	
		(conecta con la actividad 3)	
		SÍ	
6	Subdirección o Jefatura de Unidad Departamental Médica del Hospital Personal de Apoyo Técnico Operativo 3 (Responsable del Laboratorio de Análisis Clínicos)	Anexa indicaciones a cada solicitud, determina fecha y horario para realizar los análisis clínicos al personal de Dietología y agenda en el Sistema de Citas de Laboratorio y Entrega las solicitudes e indicaciones al Responsable del Servicio de Dietología.	30 minutos

Clave de registro OD-SEDESA009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

No.	Responsable de la Actividad	Actividad	Tiempo
7	Subdirección o Jefatura de Unidad Departamental Médica del Hospital Personal de Apoyo Técnico Operativo 1 (Responsable del Servicio de Dietología)	Recibe solicitudes con indicaciones y notificación de cita, entrega al personal de Dietología recabando la firma en el apartado "Entrega de Solicitudes"	30 minutos
8	Subdirección o Jefatura de Unidad Departamental Médica del Hospital Personal de Apoyo Técnico Operativo 4 (Personal del Servicio de Dietología)	Recibe solicitud e indicaciones, se presenta en el Laboratorio de Análisis clínicos en la fecha, hora y en las condiciones necesarias para la realización del estudio.	1 día
9	Subdirección o Jefatura de Unidad Departamental Médica del Hospital Personal de Apoyo Técnico Operativo 5 (Secretaria de la Recepción del Laboratorio de Análisis Clínicos)	Recibe solicitud y verifica fecha programada e indica al personal del Servicio de Dietología pasar con el químico	15 minutos
10	Subdirección o Jefatura de Unidad Departamental Médica del Hospital Personal de Apoyo Técnico Operativo 6 (Químico o Técnico Laboratorista)	Recibe al personal del Servicio de Dietología, realiza la toma de muestras biológicas, las procesa y entrega resultados al Responsable del Servicio de Laboratorio Clínico.	1 día

Clave de registro OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

No.	Responsable de la Actividad	Actividad	Tiempo
11	Subdirección o Jefatura de Unidad Departamental Médica del Hospital Personal de Apoyo Técnico Operativo 3 (Responsable del Laboratorio de Análisis Clínicos)	Recibe, registra y entrega resultados de los estudios de laboratorio al Responsable del Servicio de Epidemiología.	30 minutos
12	Subdirección o Jefatura de Unidad Departamental Médica del Hospital Personal de Apoyo Técnico Operativo 2 (Responsable del Servicio de Epidemiología)	Recibe, registra en SAMIH y analiza los resultados, e Identifica los casos que requieran tratamiento y seguimiento. Elabora y entrega al responsable del Servicio de Dietología relación del personal de Dietología que requieren atención médica; así como las recomendaciones para prevenir riesgos en el desempeño de sus funciones.	1 día
13	Subdirección o Jefatura de Unidad Departamental Médica del Hospital Personal de Apoyo Técnico Operativo 1 (Responsable del Servicio de Dietología)	Recibe relación y solicita al personal del Servicio de Dietología que requiere atención, se presente con el Responsable del Servicio de Epidemiología.	30 minutos
14	Subdirección o Jefatura de Unidad Departamental Médica del Hospital Personal de Apoyo Técnico Operativo 4 (Personal del Servicio de Dietología)	Recibe notificación, firma de enterado y se presenta con el Responsable del Servicio de Epidemiología	1 día
15	Subdirección o Jefatura de Unidad Departamental Médica	Atiende al Personal de Dietología que requiere tratamiento, registra en expediente clínico en	1

Clave de registro
CD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

No.	Responsable de la Actividad	Actividad	Tiempo
	del Hospital Personal de Apoyo Técnico Operativo 2 (Responsable del Servicio de Epidemiología)	SAMIH y establece el tratamiento y control epidemiológico para prevenir riesgos, hasta el alta del personal.	día
		Fin del procedimiento	
Tiempo total del procedimiento			**7 días**

14.3 Aspectos a Considerar

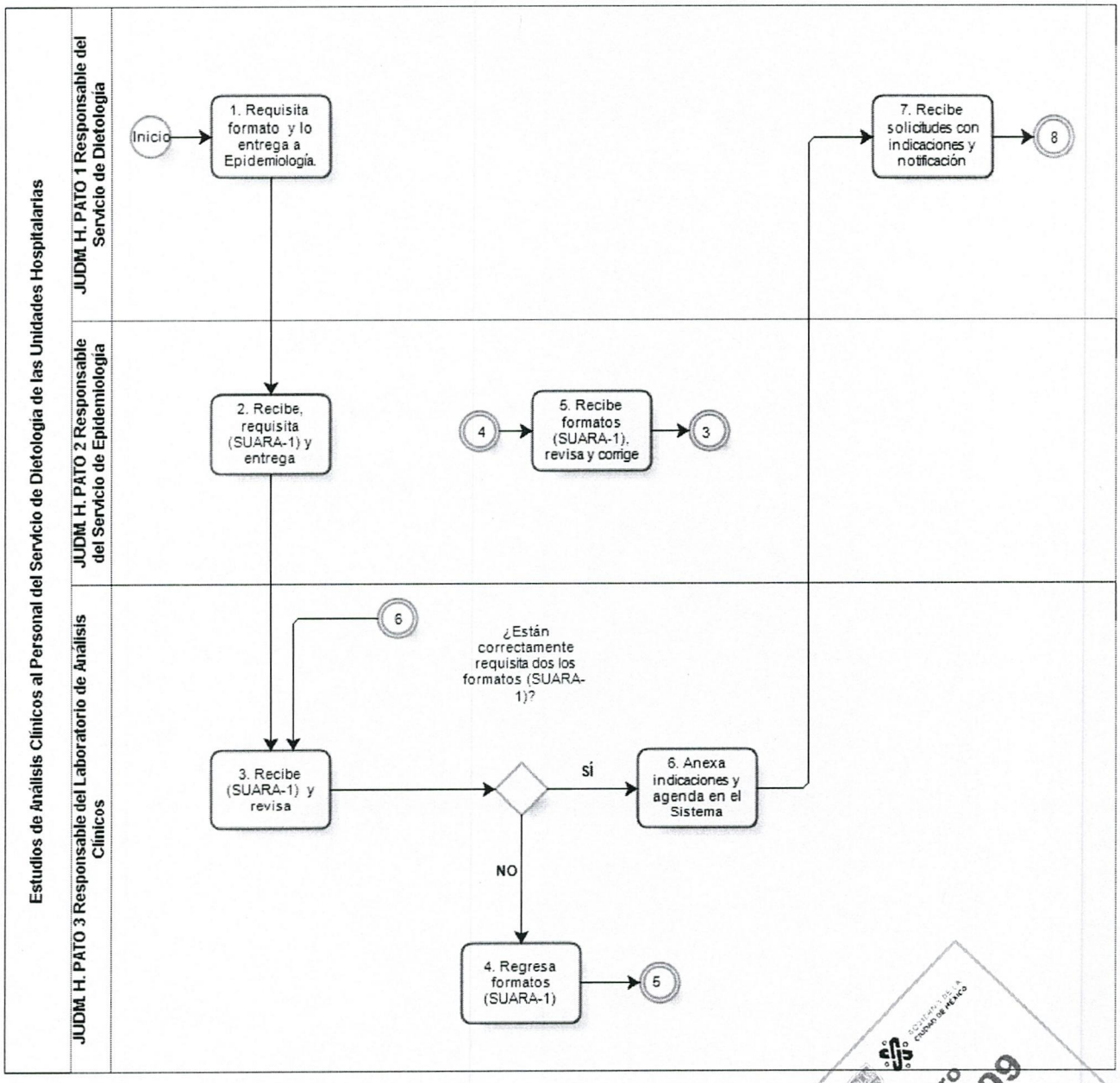
1. La Dirección General de Prestación de Servicios Médicos y Urgencias es responsable de garantizar que se lleve a cabo los estudios de Análisis Clínicos al Personal del Servicio de Dietología de las Unidades Hospitalarias, a fin de contribuir al cumplimiento del Artículo 215 del Reglamentos Interior del Poder Ejecutivo de la Administración Pública de la Ciudad de México.
2. El Director del Hospital será el responsable de garantizar la aplicación de este procedimiento y brindará todas las facilidades necesarias para que se lleven a cabo las actividades descritas.
3. El Subdirector o Jefe de Unidad Departamental Médico del Hospital es responsable de supervisar la ejecución del presente documento.
4. El área de Vigilancia Epidemiológica será la responsable de supervisar el cumplimiento del seguimiento de los casos positivos.
5. El presente procedimiento es de observancia obligatoria para todo el personal involucrado en el mismo.
6. El Responsable de Dietología, de Epidemiología y de Laboratorio serán los responsables de ejecutar la correcta aplicación del presente procedimiento en el ámbito de su competencia.
7. El Responsable del Servicio de Epidemiología deberá integrar el Expediente Clínico del Manejador de Alimentos.
8. El Responsable del Servicio de Epidemiología deberá requisitar la SUA-LA-1 Solicitud y resultados de Análisis Clínicos, señalando el nombre completo del Personal de Dietología, la fecha de realización del estudio y las pruebas solicitadas, su nombre, cédula profesional y firma.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

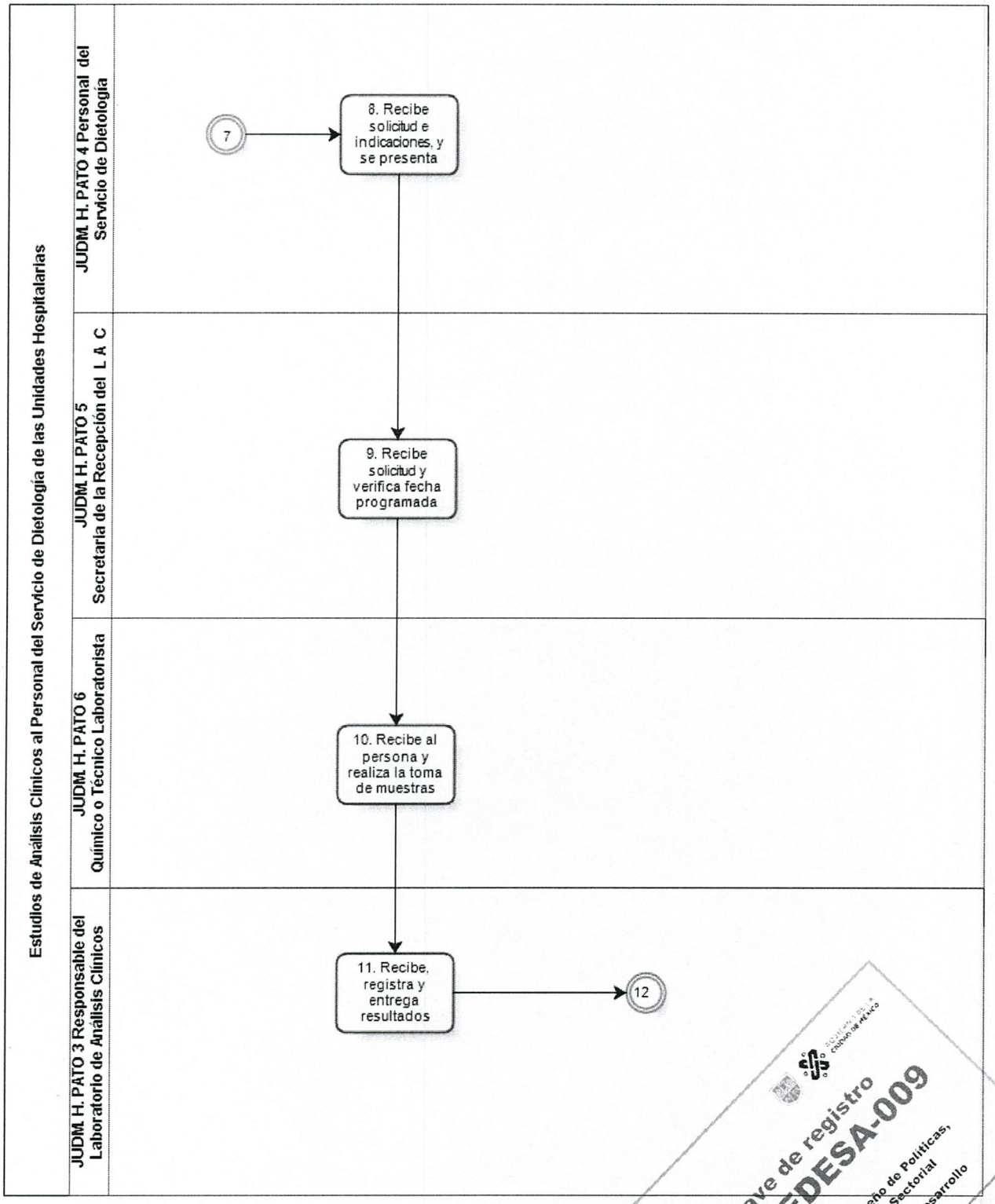
9. El Responsable del Servicio de Epidemiología, prescribirá al Personal de Dietología que resulte positivo en los análisis clínicos, el tratamiento médico completo de conformidad con el Cuadro Básico y Catálogo Institucional de Medicamentos o en su caso referirá al paciente a la clínica de adscripción de acuerdo a su derechohabiencia.
10. El Responsable del Servicio de Epidemiología dará seguimiento a los casos positivos hasta la resolución del padecimiento y podrá solicitar nuevamente la realización de los estudios clínicos de acuerdo a criterio médico previa solicitud al Jefe de Laboratorio Clínico.
11. El Responsable del Servicio de Laboratorio Clínico deberá anexar los resultados al formato (SUA-LA-1), "Solicitud y resultados de Análisis Clínicos".
12. El Personal de Dietología con referencia en la Norma Oficial Mexicana NOM-251-SSA1-2009, Prácticas de Higiene para el proceso de alimentos, bebidas o suplementos alimenticios deberán atender las indicaciones del Responsable del Servicio de Epidemiología, con el objetivo de promover el autocuidado de su salud y disminuir el riesgo de contagio a comensales y derechohabientes o usuarios.
13. Se entenderá por "Personal de Apoyo Técnico Operativo 1" al Responsable del Servicio de Dietología.
14. Se entenderá por "Personal de Apoyo Técnico Operativo 2" al Responsable del Servicio de Epidemiología.
15. Se entenderá por "Personal de Apoyo Técnico Operativo 3" al Responsable del Servicio de Laboratorio de Análisis Clínicos.
16. Se entenderá por "Personal de Apoyo Técnico Operativo 4" al Personal del Servicio de Dietología.
17. Se entenderá por "Personal de Apoyo Técnico Operativo 5" a la Secretaria de la Recepción de Laboratorio Clínico y/o Químico.
18. Se entenderá por "Personal de Apoyo Técnico Operativo 6" a los Químicos o Técnicos Laboratoristas.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

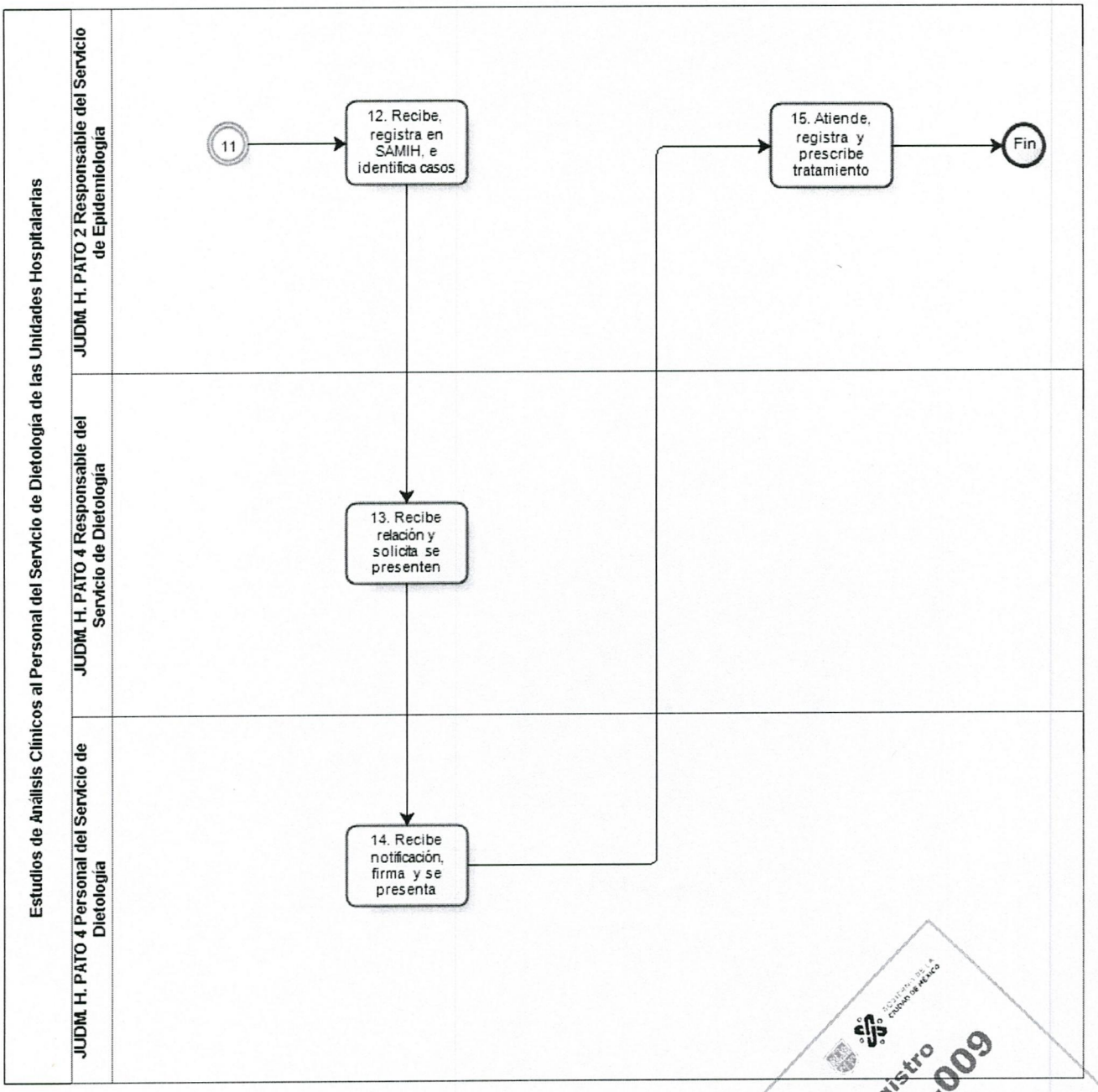
Diagrama de Flujo



Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial



Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial



Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

15. INFORMACIÓN GENERAL

15.1 Aspectos de Interés en Relación al Agua

Se considera que el agua es potable cuando está libre de contaminación bacteriana o parasitaria y cuando el contenido de sustancias químicas la hace adecuada para su consumo humano.

Características Físicas:

Temperatura:	**7 a 8°C**
Turbiedad:	hasta 10 P.P.M. (partes por millón)
Color:	Incoloro
Olor:	Inoloro
Sabor:	Insipida

Se considera aceptable bacteriológicamente cuando satisface las siguientes características:

- Existen menos de 20 UCF/L de coliformes totales, organismos fecales, cero UCF/100 ml. No detectables NMC/100 ml.
- Menos de 200 UCF/l de mesofílicos aerobios en muestras de agar, incubado a 37° C por 24 horas.

Desinfección del Agua

Existen varios métodos para este fin. A continuación, se proponen algunas opciones de desinfección a base de contacto con substancias químicas:

- Solución de cloro al 1% (11 gotas por litro); 500 ml/1000 litros.
- Solución de cloro al 2.5% (4 gotas por litro); 250 ml/1000 litros.

Clave de Registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas
Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo
Sectorial

- Solución de cloro al 5.25% (2 gotas por litro); hipoclorito de sodio).
- Solución de cloro al 6% (2 gotas por litro).

Se pueden utilizar las soluciones de cloro conocidas como "blanqueadores" en el mercado, se deberán aplicar y leer cuidadosamente las instrucciones que se encuentran en el envase para determinar la concentración.

Sustancia	Alimento o utensilio a desinfectar	Tiempo a desinfectar
Cloro: Cloralex **Cloro el patito con 6% de cloro disponible**	Para desinfectar frutas y verduras que se ingieran crudas 5 gotas/L. Agua.	20 min.
	Para desinfectar tablas de cortar, servilletas de tela, utensilios y manos 2 ml. ó 1 corcholata completa en 1 litro de agua.	20 min.
	Para purificación de agua 2 gotas ó 0.1 ml. en 1 Lt. De agua.	30 min.

- Es necesario mantener un nivel de 0.5 a 1.5 p.p.m. de cloro en el agua por litro.
- Otro método de desinfección para el agua es hervirla por un tiempo mínimo de10 minutos, a partir del momento de su ebullición.
- Usar guantes desechables para la elaboración de alimentos de preparación fría (que no se sometan a cocción).

15.2. Higienización de Alimentos

Este proceso es la primera fase en la manipulación de alimentos y juega un papel muy importante para evitar la contaminación de los mismos, ya que si éste no se efectúa en forma correcta se rompe con una parte importante del filtro para la conservación sanitaria de los alimentos.

- Los alimentos deben higienizarse antes de ser procesados, de acuerdo a las técnicas que se mencionan en los cuadros anexos.

Clave de registro OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Distrito de Políticas
Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo
Sectorial

- La solución y diluciones de germicidas que pueden ser utilizados para la higienización de alimentos son las siguientes:

Solución	Dilución	Tiempo de contacto
Yodo	3% en agua	1 hora
Hipoclorosone	1 pastilla por litro de agua	1 hora
Hipoclorito de sodio	1.25% en agua	1 hora

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

15.3. Desinfección de Vegetales y Frutas

Alimento	Higienización simple (Lavado)	Germicida	Observaciones
Acelgas	Enjuagar a chorro de agua hoja por hoja hasta quitar toda partícula visible de tierra, escurrir y desinfectar en una solución de cloro al 6%.	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.
Ajo	Quitar cáscara.		Golpear con el mango del cuchillo para facilitar su limpieza
Apio	Enjuagar a chorro de agua hoja por hoja hasta quitar toda partícula visible de tierra, escurrir y desinfectar en una solución de cloro al 6%.	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.
Alcachofa	Enjuagar a chorro de agua hoja por hoja hasta quitar toda partícula visible de tierra, escurrir y desinfectar en una solución de cloro al 6%.	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.
Berros	Enjuagar a chorro de agua hasta quitar toda partícula visible de tierra, escurrir y desinfectar en una solución de cloro al 6%.	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.
Berenjena	Lavar con solución jabonosa y enjuagar a chorro de agua,	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.

Clave de registro
ODSEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

Alimento	Higienización simple (Lavado)	Germicida	Observaciones
	desinfectar.		
Betabel	Lavar con solución jabonosa pieza por pieza, cepillar y enjuagar a chorro de agua.	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.
Calabacita italiana o criolla	Lavar con solución jabonosa y enjuagar a chorro de agua pieza por pieza	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.
Cebolla	Quitar la primera capa externa y desinfectar.	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.
Cilantro	Enjuagar a chorro de agua hasta quitar toda partícula visible de tierra, escurrir y desinfectar en una solución de cloro al 6%.	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.
Col	Enjuagar a chorro de agua hasta quitar toda partícula visible de tierra, escurrir y desinfectar en una solución de cloro al 6%.	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.
Col de Bruselas	Enjuagar a chorro de agua hasta quitar toda partícula visible de tierra, escurrir y desinfectar en una solución de cloro al 6%.	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.
Chayote	Lavar pieza por pieza con solución jabonosa y enjuagar a chorro de agua.		
Aguacate	Lavar con solución jabonosa y enjuagar a		Tratar de no golpear

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

Alimento	Higienización simple (Lavado)	Germicida	Observaciones
	chorro de agua pieza por pieza.		el fruto.
Chilacayote	Lavar con solución jabonosa y enjuagar a chorro de agua pieza por pieza.		
Chícharo	Enjuagar a chorro de agua hasta quitar toda partícula visible de tierra, escurrir y desinfectar en una solución de cloro al 6%.	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.
Chile poblano	Lavar con solución jabonosa y enjuagar a chorro de agua pieza por pieza.		
Chile serrano	Lavar con solución jabonosa y enjuagar a chorro de agua pieza por pieza.		
Flor de calabaza	Enjuagar a chorro de agua flor por flor hasta quitar toda partícula visible de tierra, escurrir y desinfectar en una solución de cloro al 6%.	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.
Ejote	Lavar con solución jabonosa y enjuagar a chorro de agua pieza por pieza.		
Espinaca	Enjuagar a chorro de agua hoja por hoja hasta quitar	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.

Clave de registro
ODSEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

Alimento	Higienización simple (Lavado)	Germicida	Observaciones
	toda partícula visible de tierra, escurrir y desinfectar en una solución de cloro al 6%.		
Elote	Quitar cáscara, pelos y enjuagar a chorro de agua pieza por pieza.		
Haba verde	Lavar con solución jabonosa y enjuagar a chorro de agua. Desvainar.		
Jitomate	Lavar con solución jabonosa y enjuagar a chorro de agua pieza por pieza.		
Lechuga orejona y romana	Enjuagar a chorro de agua hoja por hoja hasta quitar toda partícula visible de tierra, escurrir y desinfectar en una solución de cloro al 6%.	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.
Papa y nabo	Lavar con solución jabonosa cepillo y enjuagar a chorro de agua. Remojar previamente pieza por pieza.		Remojar previamente pieza por pieza.
Pepino	Lavar con solución jabonosa pieza por pieza y enjuagar a chorro de agua.		
Perejil	Enjuagar a chorro de agua hasta quitar toda partícula visible de tierra, escurrir y	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.

Clave de registro ODS-DESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

Alimento	Higienización simple (Lavado)	Germicida	Observaciones
	desinfectar en una solución de cloro al 6%.		
Poro	Quitar la primera capa externa y desinfectar.	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.
Rábano	Lavar con solución jabonosa, cepillo y enjuagar a chorro de agua.		
Quelite	Enjuagar a chorro de agua hasta quitar toda partícula visible de tierra, escurrir y desinfectar en una solución de cloro al 6%	Hipoclorito de sodio al 6%.	Desinfectar durante 30 min.
Zanahoria	Lavar con solución jabonosa y cepillo y enjuagara chorro de agua. Remojar previamente y lavar pieza por pieza.		Remojar previamente y lavar pieza por pieza.
Papaya	Lavar con solución jabonosa y enjuagar a chorro de agua.		
Plátano	Lavar con solución jabonosa pieza por pieza y enjuagar a chorro de agua.		Lavar el día de su utilización.
Naranja para jugo	Lavar con solución jabonosa con cepillo y enjuagar a chorro de agua. Pieza por pieza.		Pieza por pieza.
Tejocote	Lavar con solución jabonosa y enjuagar a chorro de agua.		

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

Alimento	Higienización simple (Lavado)	Germicida	Observaciones
Caña	Lavar con solución jabonosa, cepillar enérgicamente y enjuagar a chorro de agua.		

15.4. Higienización de Carnes

Alimento	Higienización simple (Lavado)
Pollo	Lavar a chorro de agua.
Filete de pescado	Lavar a chorro de agua.
Cuete, falda de res	Lavar a chorro de agua.
Pancita	Lavar a chorro de agua.
Cerdo	Lavar a chorro de agua.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

16 ANEXOS

16.1 "Reglas de Oro" de la OMS para la Preparación Higiénica de los Alimentos

- **Elegir alimentos tratados con fines higiénicos**

Mientras que muchos alimentos están mejor en estado natural (por ejemplo, las frutas y las hortalizas), otros sólo son seguros cuando están troceados. Conviene siempre adquirir la leche pasteurizada en vez de cruda y si es posible, comprar pollo (fresco o congelado) que hayan sido tratados por irradiación ionizante. Al hacer las compras hay que tener presente que los alimentos no sólo se tratan para que se conserven mejor sino también para que resulten más seguros desde el punto de vista sanitario. Algunos de los que se comen crudos, como la lechuga, deben lavarse cuidadosamente.

- **Cocinar bien los alimentos**

Muchos alimentos crudos (en particular, el pollo, la carne y la leche no pasteurizada) están a menudo contaminadas por agentes patógenos. Estos pueden eliminarse si se cocina bien el alimento. Ahora bien, no hay que olvidar que la temperatura aplicada debe llegar al menos a 70°C.

Si el pollo asado se encuentra todavía crudo junto al hueso, habrá que meterlo de nuevo al horno hasta que esté bien cocido. Los alimentos congelados (carne, pescado y pollo) deben descongelarse completamente antes de cocinarlos.

- **Consumir inmediatamente los alimentos cocinados**

Cuando los alimentos cocinados se enfrían a temperatura ambiente, los microbios empiezan a proliferar. Cuando más se espera, mayor es el riesgo. Para no correr peligros inútiles, conviene comer los alimentos inmediatamente después de cocinados.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación para el Desarrollo Sectorial

- **Guardar cuidadosamente los alimentos cocinados**

Si se quiere tener en reserva alimentos cocinados, o simplemente, guardar los sobrantes, hay que prever su almacenamiento con condiciones de calor (cerca o por encima de 60°C) o de frío (cerca o por debajo de 10°C). Esta regla es a la mitad si se pretende guardar comida durante más de cuatro o cinco días.

Es el caso de los alimentos para lactantes, lo mejor es no guardarlos ni poco ni mucho. Un error muy común al que se deben incontables casos de intoxicación alimentaria es meter en el refrigerador una cantidad excesiva de alimentos calientes. En un refrigerador abarrotado, los alimentos cocinados no se pueden enfriar por dentro tan de prisa. Si la parte central del alimento sigue estando caliente (a más de 10°C) demasiado tiempo, los microbios proliferan y alcanzan rápidamente una concentración susceptible de causar enfermedades.

- **Recalentar bien los alimentos cocinados**

Esta regla es la mejor medida de protección contra los microbios que pueden haber proliferado durante al almacenamiento (un almacenamiento correcto retrasa la proliferación microbiana pero no destruye los gérmenes). También en este caso, un buen recalentamiento implica que todas las partes del alimento alcancen al menos una temperatura de 70°C.

- **Evitar el contacto entre los alimentos crudos y los cocidos**

Un alimento bien cocinado puede contaminarse si tiene el mínimo contacto con alimentos crudos. Esta contaminación cruzada puede ser directa, como sucede cuando la carne cruda de pollo entra en contacto con alimentos cocinados. Pero también puede ser más sutil. Así, por ejemplo, no hay que preparar jamás un pollo crudo y utilizar después la misma tabla de trinchar y el mismo cuchillo para cortar el ave cocida; de lo contrario podrían reaparecer todos los posibles riesgos de proliferación microbiana y enfermedades consiguientes que había antes de cocinar el pollo.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

- **Lavarse las manos a menudo**

Hay que lavarse las manos antes de empezar a preparar los alimentos y después de cualquier interrupción (en particular, si se hace para cambiar al niño de pañales o para ir a retrete). Si se ha estado preparando ciertos alimentos crudos, tales como pescado, carne o pollo, habrá que lavarse las manos antes de manipular otros productos alimenticios. No hay que olvidar que ciertos animales de compañía (perros, pájaros y sobre todo, tortugas) albergan a menudo agentes patógenos peligrosos que pueden pasar en las manos de las personas y de éstas a los alimentos. En este caso de infección de las manos, habrá que vendarlas o recubrirlas antes de entrar en contacto con alimentos.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

- **Mantener escrupulosamente limpias todas las partes de la cocina**

Como los alimentos se contaminan fácilmente, conviene mantener perfectamente limpias todas las superficies utilizadas para prepararlos. No hay que olvidar que cualquier desperdicio, migaja o mancha puede ser un medio propicio para los gérmenes. Los paños que entren en contacto con los platos o utensilios se deben cambiar cada día y hervir antes de volver a usarlos. También deben lavarse con frecuencia las bayetas utilizadas para fregar los sueldos.

- **Mantener los alimentos fuera del alcance de Insectos, roedores y otros animales**

Los animales suelen transportar microorganismos patógenos que originan enfermedades alimentarias. La mejor medida de protección es guardar los alimentos en recipientes bien cerrados.

- **Utilizar agua pura**

El agua pura es tan importante para preparar los alimentos como para beber. Si el suministro hídrico no inspira confianza, conviene hervir el agua antes de añadirla a los alimentos o de transformarla en hielo para refrescar las bebidas sobre todo tener cuidado con el agua utilizada para preparar la comida de los lactantes.

16.2 Lo que un líder en la industria de alimentos debe saber

- Las enfermedades que los alimentos pueden transmitir.
- Los pasos en donde se pueden prevenir, reducir o eliminar los riesgos.
- La relación que hay entre la higiene personal y el contagio de enfermedades.
- Como evitar que los empleados lastimados o enfermos contaminen los alimentos o superficies de contacto con los alimentos.
- Temperaturas y tiempos seguros para el cocimiento y refrigeración de alimentos.
- Los procedimientos correctos para la limpieza y sanitización de utensilios y superficies que tienen contacto con los alimentos.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

16.3 Causas de Contaminación de los alimentos

Las causas de contaminación de los alimentos pueden ser de diferentes tipos:

- **Biológica**: Producida por las bacterias causantes de enfermedades, sus toxinas, virus o huevecillos de parásitos, así como los venenos de algunos peces y plantas.
- **Química**: Es causada cuando, por error o descuido, llegan a los alimentos sustancias químicas como son detergentes, insecticidas o venenos que se manejan en el establecimiento.
- **Física**: Se presentan cuando en los alimentos se encuentran accidentalmente vidrios rotos, pedazos de metal, piedras, grapas, barniz de uñas, joyería, cabellos o cualquier materia extraña.

IMPORTANTE

La manipulación higiénica de los alimentos es vital para evitar su contaminación

A continuación, detallaremos algunos elementos de estas causas:

Contaminación biológica: Casi siempre la contaminación de los alimentos se debe a causas biológicas, que son aquellas provocadas por microbios pequeñísimos que no se ven a simple vista, como son bacterias, huevecillos de parásitos y virus, que para distinguirlos es necesario verlos a través de un microscopio.

Bacterias.: Las bacterias patógenas son la causa principal de enfermedades transmitidas por alimentos. Sus características son:

- **Se reproducen rápidamente por división directa**. Es decir, la bacteria se divide en dos, y cada una de esas en dos y así sucesivamente, en un tiempo muy corto, por lo que en pocas horas forman colonias de millones de bacterias.
- **Producción de toxinas**: Algunas de las bacterias producen toxinas o venenos, que cuando las comemos no enferman. Algunas de las toxinas son resistentes a la

Clave de Registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación Sectorial

temperatura; es decir que, aunque cocinemos nuestros alimentos por largo tiempo, los microbios se mueren, pero las toxinas que desecharon nos pueden enfermar. Esto sucede principalmente cuando después de cocinado un alimento lo dejamos fuera del refrigerador por un tiempo muy largo para que se enfríe.

- **Acidez**: Prefieren los alimentos que no son muy ácidos o neutros (como el agua) la mayoría de los alimentos que consumimos normalmente como el pollo, las carnes, el huevo y todos los que ya mencionamos arriba son poco ácidos. Es importante saber que los alimentos muy ácidos como el limón y el vinagre no dejan que los microbios crezcan y se multipliquen, pero no las destruyen.
- **Temperatura**: Entre los 4°C y los 60°C que como ya sabes es la zona de peligro de la temperatura.
- **Tiempo**: Requieren de tiempo para poder reproducirse. Mientras más tiempo les demos con todas las demás condiciones ideales, más fácilmente se reproducirán.
- **Facultativas**: Pueden crecer con aire o sin aire.
- **Oxígeno**: Las bacterias pueden necesitar o no de oxígeno o aire para crecer. Así hay bacterias: **Aeróbicas**: Crecen donde hay oxígeno o aire.
- **Anaeróbicas**: Crecen solo donde no existe oxigeno o aire como en los enlatados y los empacados al vacío.

Debe tener cuidado en la manipulación de todos los alimentos, especialmente los que ya habíamos mencionado como las aves (el pollo), pescados, mariscos, huevo, carne, germinados, productos a base de soya, carnes frías, leche y sus derivados, ya que son los que reúnen las condiciones adecuadas para el rápido crecimiento de microbios.

16.4 Factores que favorecen el crecimiento de microorganismos se les conoce como CHATTO

RECUERDE

Los microbios necesitan Comida, Humedad, Acidez, Tiempo, Temperatura adecuada, y Oxígeno o aire para crecer y multiplicarse

El Tiempo y la Temperatura son los factores que podemos controlar. Por lo tanto, **EVITE** darles **EL TIEMPO NECESARIO PARA DESARROLLARSE EN LA TEMPERATURA DE LA ZONA DE PELIGRO** (de 4° a 60°C).

Considere lo siguiente:

Clave de registro OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

- Debajo de 4°C los microorganismos se encuentran en un estado latente, se previene el crecimiento microbiano, están inactivos.
- A los 36°C es la temperatura ideal para que los microorganismos se multipliquen rápidamente.
- Por arriba de 60°C los microorganismos empiezan a morir.

IMPORTANTE

Las toxinas son venenos producidos por las bacterias y resisten temperaturas mayores a los 60°C

16.5 Normas para prevenir las enfermedades provocadas por bacterias, parásitos o virus:

- **Verifica la higiene y el manejo de los alimentos de los proveedores**. Es importante el estado en el que llegan los alimentos al establecimiento, por lo que debes checar que se manejen los alimentos con higiene y a las temperaturas adecuadas.
- **Mantén los alimentos a las temperaturas señaladas**. Calienta los alimentos a más de 60°C y consérvalos a esas temperaturas; mantén los alimentos fríos a menos de 4°C. Siempre, puedes utilizar cama de hielo.

IMPORTANTE

Lleva un estricto control de la temperatura en el almacenamiento (refrigeración, congelación), la cocción y recalentamiento de los alimentos.

- **Asegura Buenas Prácticas de Higiene.** Presentarse aseado al área de trabajo, con uniforme completo, delantal y calzado limpios, cabello corto o recogido, uñas recortadas y sin esmalte, no se permite el uso de joyería, ni adornos en manos, cara incluyendo boca y lengua, orejas, cuello o cabeza, se debe utilizar protección que cubra totalmente cabello, barba y bigote; mantener las manos limpias con el correcto lavado al inicio de las labores, al regresar de cada ausencia y en cualquier momento cuando las manos puedan estar sucias o contaminadas.
- **No usar celular, no fumar, no beber, no mascar y no comer en áreas de producción de alimentos, quitarse el delantal antes de ir al sanitario.**
- **Mantén los alimentos tapados.** Durante su almacenamiento y conservación debemos cuidar y tener tapados todos los alimentos, en moldes limpios y desinfectados.

Clave de registro
OD SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas,
Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo
Sectorial

- **Lava y desinfecta** los utensilios y equipo utilizados inmediatamente después de usarlos.
- **Lava y desinfecta las verduras, frutas y hortalizas.** Es necesario que las verduras, frutas y hortalizas desde el momento de recepción preferentemente se laven (retirar la suciedad visible con agua, jabón y tallado) y desinfecten (reducir microorganismos a un nivel seguro) con un producto químico como el yodo, el cloro o productos a base de cítricos.
- **No dejes a temperatura ambiente ningún alimento.** Recuerda que dentro de la Zona de Peligro de la Temperatura los microbios se desarrollan más rápidamente. Debes de mantenerlos en refrigeradores donde los alimentos estén a 4°C o menos, o calienta a más de 60°C. Nunca se deben tener al sol ni bajo foco.
- **Enfría rápidamente todos los alimentos.** No permita que los alimentos se queden por mucho tiempo en la Zona de Peligro de la Temperatura, enfríalos rápidamente y consérvalos en refrigeración a 4°C ó menos.
- **Verifica los alimentos enlatados.** Revisa que las latas se encuentren en buen estado, sin abolladuras, golpes, infladas ni oxidadas. Nunca utilices una lata que esté en mal estado, ya que puede ser mortal.
- **Usa agua hervida.** Para la preparación de los alimentos, lavado y desinfección de equipos y utensilios de cocina es necesario usar agua potable, esto se puede hacer hirviendo el agua 10 minutos.

IMPORTANTE

Hierve al agua durante 10 minutos o utiliza cloro de acuerdo a las indicaciones del fabricante para desinfectar

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

16.6 Contaminación

Contaminación Física: Los contaminantes físicos de los alimentos, son aquellos objetos presentes en ellos que no deban encontrarse allí. No suelen ser tóxicos a no ser que transporten contaminantes biológicos o químicos, pero pueden generar molestias e incluso problemas de salud graves (atragantamientos, problemas digestivos, etc.)

Los principales contaminantes físicos en alimentos son:

- Huesos, astillas, espinas o cáscaras.
- Plásticos, cristales o porcelana.
- Trozos de madera y metal.
- Objetos personales como colgantes, relojes, anillos o pendientes.
- Cabellos, uñas
- Materiales de envasar o empaquetar.
- Plagas (insectos, etc.)

Recomendaciones para evitar contaminación física:

- Manipular alimentos con el cabello cuidadosamente recogido y a ser posible usar gorro y protector para barba.
- No usar joyas como collares, pulseras, aretes, anillos, ya que pueden caer a los alimentos, así como atorarse y causar lesiones al utilizar equipos como rebanadoras.
- Llevar las uñas bien cortadas y usar guantes cuando sea necesario.
- Si se usa un vendaje, elegirlo de colores vivos como el azul para detectarlos fácilmente si se caen.
- Deshacerse de la vajilla, la cristalería y el equipo agrietados, astillados o rotos y reemplazarlos por otros.
- Lavar bien las frutas y verduras para eliminar posibles plagas (pulgones, etc.)
- Incorporar un plan de prevención y control de plagas.
- Cuida que los focos y fuentes de luz se encuentren con protecciones, ya que si llegan a romperse, los vidrios pueden caer a los alimentos o provocar accidentes.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

Contaminación Química. Los contaminantes químicos en alimentos son sustancias químicas que entran en contacto con el producto y pueden llegar a ser nocivos o tóxicos a corto, medio y largo plazo.

Los principales contaminantes químicos en alimentos son:

- Productos de limpieza (por ejemplo, detergente, desinfectante)
- Pesticidas, herbicidas, plaguicidas
- Conservantes
- Toxinas naturales (como las que producen algunos alimentos de forma espontánea, como el pez globo)

Recomendaciones para evitar la contaminación química.

- Etiquetar y almacenar los productos químicos por separado de los alimentos y siempre, a ser posible, con su embalaje y etiqueta original.
- Desechar los recipientes que tengan pérdidas de producto.
- Usar el químico apropiado para el trabajo que está haciendo.
- Seguir las instrucciones del fabricante del producto con respecto a la dilución, el tiempo de contacto y la temperatura del agua.
- Usar los productos para el control de plagas con extremo cuidado o subcontratar la erradicación de plagas a un servicio profesional.

IMPORTANTE

No manejes plaguicidas en el área de preparación y servicio e alimentos

Contaminación Cruzada: Es la transmisión por contacto de contaminantes de un alimento a otro. Se produce al mezclar alimentos crudos con alimentos cocinados o al usar los mismos utensilios de cocina sin lavar para manipular los distintos alimentos.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

16.7 Enfermedad Transmitida Por Alimentos (ETA)

Son aquellas Enfermedades Causadas por los Alimentos contaminados.

Clasificación:

a) **Infecciones**

La infección transmitida por alimentos es una enfermedad que resulta de la ingestión de alimentos conteniendo microorganismos patógenos vivos, como Salmonella, Shigella, el virus de la hepatitis A, Trichinella spirallis y otros.

b) **Intoxicaciones o infecciones mediadas por toxina.**

La intoxicación causada por alimento ocurre cuando las toxinas producidas por bacterias o mohos están presentes en el alimento ingerido o elementos químicos en cantidades que afecten la salud.

Las toxinas generalmente no poseen olor o sabor y son capaces de causar la enfermedad incluso después de la eliminación de los microorganismos.

Brote de ETA: Incidente en el que dos o más personas presentan una enfermedad semejante después de la ingestión de un mismo alimento, y los análisis epidemiológicos apuntan al alimento como el origen de la enfermedad.

Los alimentos involucrados con más frecuencia en las epidemias y casos de ETA son aquellos de origen animal como carne bovina, huevos, carne porcina, carne de aves, pescados, crustáceos, moluscos, o productos lácteos.

Causas: Para que ocurra una ETA, el patógeno o su(s) toxina(s) debe(n) estar presente(s) en el alimento.

- El patógeno debe estar presente en cantidad suficiente como para causar una infección o para producir toxinas.
- El alimento debe ser capaz de sustentar el crecimiento de los patógenos, o sea, debe presentar características intrínsecas que favorezcan el desarrollo del agente.
- El alimento debe permanecer en la zona de peligro de temperatura durante tiempo suficiente como para que el organismo patógeno se multiplique y/o produzca toxina.

Clave de Registro
CDSSEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

- Debe ingerirse una cantidad (porción) suficiente del alimento conteniendo el agente, para que la barrera de susceptibilidad del individuo sea sobrepasada.

ETAs más comunes: Salmonelosis, Shigelosis, Intoxicación por Bacillus Cereus, Intoxicación estafilocócica, botulismo, Intoxicación por Clostridium perfringens, gastroenteritis por Escherichia coli patógenas, SUH, triquinosis, cólera, hepatitis A.

Síntomas: Los síntomas de intoxicación alimentaria pueden variar de leves a muy graves. Sus síntomas pueden ser diferentes según el microbio que usted haya tragado. Los síntomas más comunes de intoxicación alimentaria son:

- Malestar estomacal
- Cólicos estomacales
- Náuseas
- Vómitos
- Diarrea
- Fiebre

Staphylococcus aureus (estafilococo)
Los síntomas aparecen 30 minutos a 8 horas después de la exposición: Náuseas, vómitos, cólicos estomacales. La mayoría de las personas también tiene diarrea. Fuentes alimentarias comunes: Alimentos que no se hayan cocinado después de haber sido manipulados, como las carnes frías, los budines, los pasteles y los sándwiches.

Vibrio
Los síntomas aparecen 2 a 48 horas después de la exposición: Diarrea líquida, náuseas, cólicos estomacales, vómitos, fiebre, escalofríos. **Fuentes alimentarias comunes**: Mariscos crudos o poco cocidos, en particular las ostras.

Clostridium perfringens
Los síntomas aparecen 6 a 24 horas después de la exposición: Diarrea, cólicos estomacales. Por lo general, la enfermedad comienza de manera repentina y dura menos de 24 horas. No es común que haya vómitos y fiebre. **Fuentes alimentarias comunes**: Carne de res o de ave, especialmente los cortes grandes de carnes asadas, las salsas para la carne y los alimentos secos o pre cocidos.

clave de registro
ODSEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial
Dirección de Políticas

Salmonella

Los síntomas aparecen 6 horas a 6 días después de la exposición: Diarrea, fiebre, cólicos estomacales, vómitos. **Fuentes alimentarias comunes**: Carne cruda o poco cocida de pollo, pavo y de otros tipos, huevos, leche (cruda) y jugos sin pasteurizar, frutas y verduras crudas.

Otras fuentes: Muchos animales, aves de corral domésticas, reptiles y anfibios, roedores (mascotas de bolsillo).

Norovirus

Los síntomas aparecen 12 a 48 horas después de la exposición: Diarrea, náuseas, dolores estomacales, vómitos. Fuentes alimentarias comunes: Verduras de hoja verde, frutas frescas, mariscos (como las ostras), o agua no segura para beber.

Otras fuentes: las personas infectadas, el contacto con superficies que tengan el virus.

Clostridium botulinum (Botulismo)

Los síntomas aparecen 18 a 36 horas después de la exposición: Visión doble o borrosa, párpados caídos, habla arrastrada o enredada. Dificultad para tragar y respirar, boca seca. Debilidad muscular y parálisis. Los síntomas comienzan en la cabeza y bajan a medida que se agrava la enfermedad. **Fuentes alimentarias comunes**: Alimentos que se enlataron o fermentaron de forma incorrecta, que generalmente son caseros. Bebidas alcohólicas hechas de forma ilícita en las cárceles.

Campylobacter

Los síntomas aparecen 2 a 5 días después de la exposición: Diarrea (a menudo con sangre), cólicos o dolores abdominales, fiebre. **Fuentes alimentarias comunes**: Carne de ave cruda o poco cocida, leche cruda (sin pasteurizar), y agua no segura para beber.

E. coli (Escherichia coli)

Los síntomas aparecen 3 a 4 días después de la exposición: Cólicos estomacales fuertes, diarrea (a menudo con sangre) y vómitos. Alrededor del 5 al 10 % de las personas que reciben un diagnóstico de E. coli presentan un problema de salud que podría ser mortal. **Fuentes alimentarias comunes**: Carne de res molida cruda o poco cocida, leche cruda y jugos sin pasteurizar, verduras crudas (como la lechuga), germinados crudos, agua no segura para beber.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

Cyclospora

Los síntomas aparecen 1 semana después de la exposición: Diarrea líquida, pérdida del apetito y pérdida de peso. Cólicos o dolores estomacales, hinchazón abdominal, aumento de gases, náuseas y fatiga. **Fuentes alimentarias comunes**: Frutas, verduras y hierbas crudas.

Listeria

Los síntomas aparecen de 1 a 4 semanas después de la exposición: Las mujeres embarazadas generalmente presentan fiebre y otros síntomas similares a los de la influenza (gripe), como fatiga y dolores musculares. Los casos de infección durante el embarazo pueden enfermar gravemente o incluso causar la muerte a los recién nacidos. En los demás (más comúnmente adultos mayores), los síntomas pueden incluir dolor de cabeza, rigidez en el cuello, confusión, pérdida del equilibrio y convulsiones, además de fiebre y dolores musculares. **Fuentes alimentarias comunes**: Queso fresco y otros quesos blandos, germinados crudos, melones y sandías, hot dogs (perros calientes), patés, carnes frías, mariscos o pescados ahumados y leche cruda (sin pasteurizar).

IMPORTANTE

En muchos casos, las enfermedades transmitidas por alimentos se pueden evitar al cocinar o procesar los alimentos para destruir patógenos.

a) Conserva os alimentos fuera de La "Zona de Peligro"

- Las bacterias se multiplican rápidamente entre 40 °F (4.4 °C) y 140 °F (60 °C). Para mantener los alimentos fuera de esta "Zona de peligro", mantenga fríos los alimentos fríos y calientes los alimentos calientes.
- Almacene los alimentos en el refrigerador [a 40 °F (4.4 °C) o menos] o en el congelador [a 0 °F (-17.8 °C) o menos].

b) Cocina hasta una temperatura interna mínima adecuada.

La temperatura mínima interna de cocción de los alimentos debe ser de al menos:

- 63°C (145°F) para pescado; carne de res en trozo; y huevo de cascarón que ha sido quebrado para cocinarse y de consumo inmediato a solicitud del consumidor.
- 68°C (154°F) para carne de cerdo en trozo; carnes molidas de res, cerdo o pescado; carnes inyectadas y huevo de cascarón que ha sido quebrado para cocinarse y exhibirse en una barra de buffet.
- 74°C (165°F) para embutidos

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

- de pescado, res, cerdo o pollo; rellenos de pescado, res, cerdo o aves; carne de aves.
- Si se llegase a recalentar algún alimento preparado, debe alcanzar una temperatura de por lo menos 74°C (165°F).

c) Los alimentos preparados y listos para servir y los que se encuentran en barras de exhibición, deberán cumplir con lo siguiente:

- Los que se sirven calientes mantenerse a una temperatura mayor a 60°C (140°F), y
- Los que se sirven fríos a una temperatura de 7°C (45°F) o menos.

16.8 Cinco Claves para la Inocuidad Alimentaria

1) Mantenga la limpieza.

Mientras que la mayoría de las bacterias no causan enfermedad, algunas bacterias peligrosas están ampliamente distribuidas en el suelo, el agua, los animales y las personas. Estas bacterias son transportadas en las manos, la ropa y los utensilios y en contacto con los alimentos se transfieren causando enfermedades.

Para evitar que esto suceda deberíamos tener en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Lavarse las manos antes de preparar alimentos y a menudo durante la preparación.
- Lavarse las manos después de ir al baño.
- Lavar y desinfectar todas las superficies, utensilios y equipos usados en la preparación de alimentos.
- Proteger los alimentos y las áreas de la cocina de insectos, mascotas y de otros animales.

2) Separe los alimentos crudos de los cocidos.

Los alimentos crudos, especialmente carnes, pollos, pescados y sus jugos, pueden estar contaminados con bacterias peligrosas que pueden transferirse a otros alimentos, tales como comidas cocinadas o listas para consumir, durante la preparación de los alimentos o mientras se conservan.

Por eso es importante: Separar siempre los alimentos crudos de los cocidos y de los listos para consumir.

- Usar equipos y utensilios diferentes, como cuchillas o tablas de cortar, para manipular carnes y otros alimentos crudos.
- Conservar los alimentos en recipientes separados.

Clave de registro
OD-SEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

3) Cocine los alimentos completamente.

La correcta cocción mata casi todas las bacterias peligrosas. Cocinar el alimento completamente (70°C) garantiza la inocuidad para el consumo. Por eso es importante:

- Asegurar la correcta cocción especialmente de carnes, pollos, huevos y pescados, teniendo en cuenta que no queden partes rojas o jugos en su interior.
- Hervir los alimentos como sopas y guisos para asegurarse que ellos alcanzaron la temperatura correcta.

Al recalentar la comida cocinada, asegurarse que en todas sus partes alcance la misma temperatura que en la cocción para matar las bacterias que se pueden haber multiplicado durante el almacenamiento. Nos podemos dar cuenta que alcanzo la temperatura indicada ya que al cortarlo sale vapor de su interior.

4) Mantenga los alimentos a temperaturas seguras.

Algunas bacterias pueden multiplicarse muy rápidamente si el alimento es conservado a temperatura ambiente. Para evitar que esto ocurra, es importante:

- No dejar alimentos cocidos a temperatura ambiente por más de 2 horas.
- Enfriar lo más pronto posible los alimentos cocinados y los perecederos (preferentemente bajo los 5° C, temperatura de heladera).
- Las comidas preparadas se deben consumir dentro de las 24 hs de elaboradas, aunque estén guardadas en la heladera.
- No descongelar los alimentos a temperatura ambiente.

Para evitar que los alimentos se contaminen debemos mantenerlos bien calientes o bien fríos.

5) Use agua y alimentos seguros.

Teniendo en cuenta que realizar una preparación a partir de agua o alimentos contaminados va a generar una preparación que no sea inocua, deberíamos considerar las siguientes recomendaciones:

- Usar agua de red o asegurarse de potabilizarla antes de su consumo (Hirviendo el agua durante 5 minutos o agregando 2 gotas de lavandina por litro de agua, dejándola actuar durante 30 minutos antes de su consumo).
- Seleccionar alimentos sanos y frescos.
- Evitar alimentos de procedencia desconocida.
- Lavar las frutas y las hortalizas minuciosamente, especialmente si se consumen crudas.
- No utilizar alimentos después de la fecha de vencimiento.

Clave de registro
ODSEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación y Desarrollo Sectorial

17.- GLOSARIO

Agua potable: Agua que no contiene contaminantes objetables, químicos o agentes infecciosos y que no causa efectos nocivos para la salud.

Alimentos preparados: todos aquellos que se someten a un manejo para su consumo.

Comensal: cada una de las personas que consumen alimentos.

Basura: Cualquier material cuya calidad o características no permiten incluirle nuevamente en el proceso que la genera ni en cualquier otro, dentro del procesamiento de alimentos.

Conservación: Acción de mantener un producto alimenticio en buen estado, guardándolo cuidadosamente, para que no pierda sus características a través del tiempo.

Contaminación: Presencia de materia extraña, sustancias tóxicas o microorganismos, en cantidades que rebasen los límites permisibles establecidos por la Secretaría de Salud o en cantidades tales que representen un riesgo a la salud.

Contaminación cruzada: Es la contaminación que se produce por la presencia de materia extraña, sustancias tóxicas o microorganismos procedentes de una etapa, un proceso o un producto diferente.

Desinfección: La reducción del número de microorganismos presentes, por medio de agentes químicos y/o métodos físicos, a un nivel que no comprometa la inocuidad o la aptitud del alimento, bebida o suplemento alimenticio.

Escamochar: Acción de eliminar todos los residuos alimenticios de los platos, cubiertos, utensilios y recipientes.

Fauna nociva: Animales (insectos, aves, ratones, etc.) que pueden llegar a convertirse en vectores potenciales de enfermedades infecto-contagiosas o causantes de daños a instalaciones, equipo o productos en las diferentes etapas del proceso.

Inocuo: Lo que no hace o causa daño a la salud.

Limpieza: Acción que tiene por objeto quitar la suciedad.

Manipulación: Acción o modo de regular y dirigir materiales, productos, vehículos, equipo y máquinas durante las operaciones de proceso, con operaciones manuales.

Organolépticas: La percepción del olor, color y textura y apariencia.

Plaga: A las plantas, hongos y fauna nociva que pueden llegar a convertirse en vectores potenciales de enfermedades infecto-contagiosas o causantes de daños a instalaciones, equipo o productos en las diferentes etapas de producción o elaboración.

Prácticas de higiene: Las medidas necesarias para garantizar la inocuidad de los productos.

Clave de registro
ODSEDESA-009
Secretaría de Salud
Dirección General de Diseño de Políticas, Planeación y Coordinación Sectorial
Dirección de Coordinación Sectorial y Desarrollo

Proceso: Conjunto de actividades relativas a la obtención, elaboración, fabricación, preparación, conservación, mezclado, acondicionamiento, envasado, manipulación, transporte, distribución, almacenamiento y expendio o suministro al público de productos.

Registro: Conjunto de información, electrónica o no, que incluye datos, textos, números o gráficos que es creado, restaurado, mantenido y archivado.

Residuos: Basura, desechos o desperdicios de la materia prima o producto en proceso, o de cualquier material, cuyo poseedor o propietario desecha.

Riesgo: La probabilidad de que un factor biológico, químico o físico, cause un daño a la salud del consumidor.

Sanitización: Conjunto de procedimientos que tiene por objeto la eliminación total de agentes patógenos.

Sistema PEPS (primeras entradas-primeras salidas): Serie de operaciones que consiste en garantizar la rotación de los productos de acuerdo a su fecha de recepción, su vida útil o vida de anaquel.

Sustancias Químicas Peligrosas. Son aquellas que por sus propiedades físicas y químicas al ser manejadas, transportadas, almacenadas o procesadas presentan la posibilidad de riesgo a la salud de inflamabilidad, reactividad, radioactividad, toxicidad o irritabilidad, y pueden afectar la salud de las personas expuestas o causar daños materiales a las instalaciones.

Utensilios: Objetos como ollas, cazuelas, cazos, cucharas, platos, cucharones, tenedores, cuchillos, tablas de cortar o recipientes utilizados para preparar, almacenar, transportar o servir alimentos.

Virus: Agente infeccioso microscópico de estructura no celular que se sirve de una célula hospedadora para reproducirse.

Zona de peligro: Intervalo de temperaturas que va de los 4.4°C a los 60°C y en el que los microorganismos crecen y se multiplican con rapidez.